યુવાનોને ગુપ્ત સન્દેશ

[Science of Brahmacharya]

રામજી કુબેરદાસ ગણાત્રા

દારેસલામ

યુવાનોને ગુપ્ત સન્દેશ

[Science of Brahmacharya]

પ્રો. સત્યવ્રતજીના હિંદી ગ્રંથ પરથી ફેરફાર સાથે ગુજરાતીમાં

લેખક અને પ્રકાશક :

રામજી કુબેરદાસ ગણાત્રા

શિક્ષક

ઇન્ડિઅન સેન્ટ્રલ સ્કૂલ, દારેસલામ.

કિંમત રા શિલિંગ

પ્રથમાવૃત્તિ
પ્રત ૧૫૦૦
સંવત ૧૯૮૭
ઈ. સ. ૧૯૩૧

મુદ્રણસ્થાન:
આદિત્ય મુદ્રણાલય
રાયખડ : અમદાવાદ
મુદ્રક:
ગજાનન વિ. પાઠક.

અ ર્પ ણ

શ્રીમાન્ ઓધવજીભાઈ વિશ્રામ,

દારેસલામ.

સુજ્ઞ બન્ધુ !

મારે મુક્તકંઠે કહેવું જોઇએ, કે આ પુસ્તક પ્રસિદ્ધ કરવાની 'પ્રેરણા' મને આપના તરફથી જ થએલી છે; અને પ્રેરણાનાં મૂલ પણ શું કાંઇ ઓછાં છે?

વળી આપની સાથેના પરિચયમાં મારા તરફ આપનો નિઃસ્વાર્થ પ્રેમ હું અનેક વખત જોઈ શકયો છું.

આ ઉપરાન્ત ધર્મભાવના, દુરાચાર તરફ અત્યંત ઘૃણા, પાખંડ પ્રત્યે તિરસ્કાર, સહૃદયતા, ઉદ્યોગપરાયણતા, એ આદિ સદ્ગુણો હું આપનામાં જોતો આવ્યો છું.

આ મનુષ્યોચિત સદ્ગુણો, આપનો પ્રેમ, અને આપે કરેલી પ્રેરણાથી સ્વાભાવિક રીતે જ આકર્ષાઇને આ અનુવાદ-કૃતિ આપને કૃતજ્ઞભાવે સ્નેહપૂર્વક સમર્પું છું.

અનુવાદક

પ્રારંભિક શબ્દ

[શ્રી સ્વામી શ્રદ્ધાનન્દજીદ્વારા લિખિત.]

આજકાલની સભ્ય કહેવડાવનારી જાતિઓના પૂર્વજ જે સમયે અન્ધકારમાં રસ્તો ખોળવાને હાથ ફેરવતા હતા, અને પોતાનાં અંગને વસ્ત્રથી ઢાંકવાનું પણ જાણતા ન હતા, તે વખતે આર્યાવર્તમાં 'બ્રહ્મચર્ય' વિષયક જ્ઞાન તેના શિખરે પહોંચ્યું હતું. માનવીય વિકાસ અર્થે બ્રહ્મચર્ય ઘણુંજ આવશ્યક સમજવામાં આવતું હતું, વિચાર અને ક્રિયામાં વિવાહને એક ધાર્મિક સંસ્કાર સમજવામાં આવતો હતો, અને સન્તાનોત્પત્તિને ગૃહસ્થનાં ત્રણ ઋણમાંનું એક ઋણ સમજવામાં આવતું હતું. બૃહદારણ્યકોપનિષદ્‌માં ગર્ભાધાન વિધિને અત્યંત પવિત્ર યજ્ઞ ગણવામાં આવેલો છે, એના અનુષ્ઠાનને માટે અનેક નિયમોની શૃંખલા બાંધવામાં આવેલી છે. મેક્સમૂલર જેવા ઉચ્ચ કોટિના વિદ્વાને એ વિષયનો યુરોપીય ભાષામાં અનુવાદ નથી કર્યો, અને તે એટલાજ કારણથી કે તેનું એમ માનવું હતું, કે એ વિચારો એટલા ઉચ્ચ છે કે એનું મહત્ત્વ પોતાને સભ્ય કહેવડાવનાર જગત્ સમજી શકે એમ નથી.

બ્રહ્મચર્યના મહત્ત્વને સમજવાને માટે યુરપ—અમેરિકાને ઘણો વખત લાગ્યો છે. થોડા વખતથી જ ત્યાંના વિજ્ઞાન અને શરીરચિકિત્સા સાથે સંબંધ ધરાવનાર વિદ્વાનોએ અનુભવ કરવા માંડયો છે, કે બ્રહ્મચર્યના પાયા ઉપર જ વ્યક્તિ અને જાતિના જીવનની દિવાલ ઉભી કરી શકાય છે. પશ્ચિમમાં પ્રત્યેકને વિચારોની સ્વતંત્રતા છે, અને તેથી થોડા વખતમાં જ આ વિષયમાં એ લોકોએ પોતાના વૈજ્ઞાનિક અનુભવો અને શોધોના આધાર પર એક નવીન વિદ્યાની સ્થાપના કરી છે. એ વિદ્યાનું નામ 'યુજેનિક્સ' (સંતતિ

શાસ્ત્ર) છે. 'બ્રહ્મચર્ય' એક વ્યાપક શબ્દ છે, જેમાં 'યુજેનિક્સ'નો પણ સમાવેશ થઇ જાય છે. વેદોના આદેશ અનુસાર એ બ્રહ્મચર્ય માનવી જીવનનું પ્રથમ પગથીઉં છે, અને એ જ ઉન્નતિના માર્ગ પર માનવ-સમાજનું પથપ્રદર્શક છે. આ યુગમાં સૌથી પ્રથમ ઋષિ દયાનન્દે આંગળી ઉઠાવી વર્તમાન સભ્યતાની જડમાં લાગેલા સડા તરફ નિર્દેશ કરી વાણી અને આચરણદ્વારા બતાવ્યું હતું, કે શારીરિક, માનસિક, અને આત્મિક બ્રહ્મચર્યથી જ માનવ-સમાજની રક્ષા થઇ શકે છે. આજ પાશ્ચાત્ય વિદ્વાનો ઋષિ દયાનન્દના બ્રહ્મચર્ય વિષયના એક-એક શબ્દનો સ્વીકાર કરી રહ્યા છે.

મારા શિષ્ય પ્રો૦ સત્યવ્રત સિદ્ધાન્તાલંકારે વિદ્યાર્થી-જગત્તને માટે 'બ્રહ્મચર્ય-સન્દેશ' લખીને માતૃભૂમિની મહાન્ સેવા કરી છે. ગુરુકુલ વિશ્વવિદ્યાલય કાંગડીના આચાર્ય તરીકે ૧૪ વર્ષ સુધી સેંકડો વિદ્યાર્થીઓના જીવનનું નિરીક્ષણ અને સંચાલન કરવાનો ઉત્તરદાયિત્વપૂર્ણ અધિકાર મારી પાસે હતો. મારો અનુભવ છે, કે પ્રત્યેક યુવકની ૧૩ થી ૧૮ વર્ષ સુધીની અવસ્થા ઘણી નાજુક હોય છે, પરન્તુ જો આચાર્ય કુશલતાથી એ વખતની મુશ્કેલીઓમાંથી વિદ્યાર્થીને બચાવી લે છે, તો વિદ્યાર્થીનું જીવન બગડવાને બદલે શારીરિક અને માનસિક શક્તિઓનો એક ખજાનો બની જાય છે. 'બ્રહ્મચર્ય-સન્દેશ' જેવા પુસ્તકોના પ્રચારથી બાલકોનું ઘણું જ હિત થઇ શકે છે; પરન્તુ વાસ્તવિક કાર્ય તો ત્યારે જ થઇ શકશે, કે જ્યારે આચાર્યની દેખરેખ નીચે રાખીને બ્રહ્મચારીઓનાં જીવન ઘડવામાં આવશે.

બ્રહ્મચર્ય-સન્દેશને સાંભળવા અને સંભળાવવા માટે દૈવીય પ્રેમ અને પવિત્રતાનું વાતાવરણ હોવું જોઇએ. મેં પોતે આ વિષયમાં વિદ્યાર્થીઓને અનેક ઉપદેશ આપેલો છે. જ્યાં સુધી

મનને શુદ્ધ કરી એ ઉપદેશ સાંભળવામાં ન આવે, ત્યાં સુધી તેનાથી લાભને બદલે કદાચ્ હાનિ થવાની પણ સંભાવના રહે છે. એટલા માટે આ પુસ્તક વાંચનારાઓને મારી સલાહ છે, કે તેઓ આ પુસ્તકનાં પાનાં ફેરવતાં પહેલાં મનમાં પવિત્રતા અને નમ્રતાનેા ભાવ ભરી લે. વિશ્વવિધાયક દેવમાતાને પોતાના હૃદયમાં સ્થાપિત કરી, અને જો તેમ ન બને તેા પેાતાની પ્રેમમયી જનની, કે જેની મીઠી ગોદમાં રમતા રમતા કંઇ વર્ષો વીતાડી દીધાં, તેનું ધ્યાન ધરીને **પવિત્ર અને દૈવીય વાતાવરણની વચ્ચે આ પુસ્તકને હાથ લગાડે.**

ગુરુકુલ છેાડયા પછી સંન્યાસમાં પ્રવિષ્ટ થતી વખતે મારેા વિચાર હતેા, કે બ્રહ્મચર્ય વિષયક મારા અનુભવેા દેશના વિદ્યાર્થી–સમાજ સુધી પહેાંચાડું. પરન્તુ ‘ મેરે મન કછુ ઔર હૈં વિધના કે મન ઔર ’–હું મારા વાસ્તવિક માર્ગથી આઘેા જઇ સામયિક ઘટનાઓની જંજાળમાં પડયેા. આ વખતે ભારતના વિદ્યાર્થી–સમાજની સૌથી મોટી આવશ્યક્તા એ છે, કે માર્ગદર્શક બનીને તેમનાં વૈય્યક્તિક જીવનને યેાગ્ય માર્ગપર લાવવામાં આવે. હું ભારતના સ્કૂલેા–કેાલેજોના અધ્યાપકેાને–આચાર્યોને કહેવા ઇચ્છું છું, કે તેઓ પેાતાના કર્તવ્યને પિછાને–સ્વયમ્ બ્રહ્મચારી બને, એટલા માટે કે વિદ્યાર્થીઓને બ્રહ્મચારી બનાવી શકે. વેદ ભગવાનનું કથન છે કે :–‘ **आचार्यो ब्रह्मचर्येण ब्रह्मचारिणमिच्छते** ’–બ્રહ્મચર્ય ધારણ કરીને જ આચાર્ય વિદ્યાર્થીને બ્રહ્મચારી બનાવી શકે છે. મારી એ હાર્દિક પ્રાર્થના છે, કે ‘ **त्वमेव माता च पिता त्वमेव** ’ ના સ્વરૂપવાળા ભગવાન્ માતૃભૂમિના આચાર્યો અને શિષ્યોને જ્યેાતિ–સ્તમ્ભ બનીને કર્તવ્યમાર્ગ બતાવે.

શ્રદ્ધાનન્દ સંન્યાસી.

પ્રસ્તાવના

મનુષ્યને જો આજનો જ વિચાર હોત, ભવિષ્યની જો ચિન્તા જ ન હોત, તો તો કંઇ હરકત ન હતી, પછી તો કશું બોલવાનું કે કરવાનું ન રહેત, પરન્તુ તેમ કયાં છે ? 'ભવિષ્ય'ની જંજીર મનુષ્યને વિંટળાએલી છે, 'ભવિષ્ય'ની દોરીએ તે બંધાએલો છે, 'ભવિષ્ય'ને તે આઘું ખસેડી શકે એમ નથી.

અને ભવિષ્યનો વિચાર કરવો મનુષ્યને માટે જો સ્વાભાવિક છે, તેનો જો જીવનધર્મ છે, તો તેણે 'ભવિષ્ય'નો વિચાર કરવા માટે એ ભવિષ્યના આદ્ય સ્વરૂપ 'વર્તમાન'નો વિચાર કરવો જ પડશે. 'વર્તમાન' એ જ આવતી કાલનું 'ભવિષ્ય' છે. ભવિષ્યનો વિચાર એટલે જ વર્તમાનનો વિચાર, ભવિષ્યની ચિન્તા એટલે જ વર્તમાનની ચિન્તા.

જો આમ છે, તો આપણા ભવિષ્યના નાગરિકો, આપણી ભવિષ્યની કીર્તિ, આપણી ભવિષ્યની આશા, અરે, આપણું ભવિષ્યનું સર્વસ્વ, જે આજના કુમારો છે–યુવકો છે, તેમને માટે આપણે ગંભીરપણે વિચાર કરવો પડશે.

આજનું કુમારજગત્–યુવકજગત્–કેવા પ્રકારનું છે ? તમે એ કુમારજગત્ પર જરા એક ધ્યાને મીટ માંડો અને જુઓ, કે એ કુમારજગત્માં કેવા કેવા ખેલ ચાલે છે ! આજનો કુમાર એટલે ગંદી ટેવોમાં ફસાએલો કુમાર, આજનો યુવક એટલે આત્મપતનની ખીણમાં જાણેઅજાણે ઝડપથી નીચે પડતો એક અબુધ આત્મા, આજનો કુમાર એટલે વીર્યશક્તિને નીચોવી નીચોવીને શરીરની બહાર કાઢી નાખી મૃત્યુ તરફ કૂચ કરતો એક અભાગી દેહધારી, આજનો યુવક એટલે અશ્લીલ કામો

કરવા ને કરાવવાનો 'મોકો' મળવાની તપાસમાં રહેતો એક હવસી કીડો, આજનો યુવક એટલે એક નિર્દોષ બાલકને પોતાની જાળમાં સપડાવવાની તક શોધતો પાપાત્મા! હા, અફસોસ! આજના યુવક–સમાજનો મોટો ભાગ આ જાતનો છે! શું કોઇને આમાં સંદેહ છે? જો સંદેહ હોય, તો તમારાં ચક્ષુ ખોલી એ કુમાર–જગતનું જરા નિરીક્ષણ કરો.

આ શબ્દો વાંચી જરૂર કેટલાક કુમારો–યુવકો આ શબ્દ લખનાર પર ગુસ્સે થશે, પરન્તુ ઓ, ચારિત્ર્યશીલ પવિત્ર કુમારો! પવિત્ર યુવકો! તમે ગુસ્સે ન થશો. તમારે માટે આવા શબ્દો તો શું પરન્તુ એક અક્ષર પણ લખવાને કલમ ત્રણ કાળમાં પણ ઉપડે ખરી? તમે તો આજના કલુષિત કુમાર–જગત્‌માં સ્વર્ગધામ સમા છો, તમે તો આજના નિસ્તેજ કુમાર–જગતનું સાચું નૂર છો. પરન્તુ તમારા જેવા કુમાર કેટલા? તમારા જેવા યુવક કેટલા? મોટો ભાગ આજ કૌમાર અને યૌવનને કચરી નાખી વિનાશને પંથે કૂચ કરી રહ્યો છે.

મૃત્યુ તરફ ધસતા જતા આ કુમારોને–યુવકોને-ઉગારવાની જરૂર છે, તેમને સાચો રાહ બતાવવાની જરૂર છે, તેમનો વિનાશ તેમને બતાવી દેવાની જરૂર છે, અંતરમાં તેમનાં કુ–કર્મો તરફ ઘૃણા પેદા કરાવી એ કુ–કર્મોને મારી હઠાવવાનું આત્મસામર્થ્ય ઉત્પન્ન કરવાની જરૂર છે.

એટલા માટે એક એવું સાહિત્ય યુવકોના હાથમાં મૂકવું જોઇએ, કે જે વાંચીને તેમના હૃદયમાં તેમનાં ઘૃણિત કૃત્યો તરફ એક પ્રબળ શક્તિ ઉત્પન્ન થાય. એવું સાહિત્ય આપણી ભાષામાં મુદ્દલ નથી. એવું સાહિત્ય હિન્દી ભાષામાં હમણા પ્રકટ થયું છે. એણે યુવકોમાં ક્રાન્તિ મચાવી

દીધી છે. અનેક યુવકો એ સાહિત્ય વાંચી પોતાની વિનાશકારી ટેવમાંથી મુક્ત થવાનું સામર્થ્ય મેળવવા લાગ્યા છે. એ સાહિત્યના જન્મદાતા સુવિખ્યાત ગુરુકુલ કાંગડીના **પ્રો૦ સત્યવ્રત** છે. એમના પુસ્તકનું નામ છે '**બ્રહ્મચર્ય-સંદેશ.**' એ 'બ્રહ્મચર્ય-સંદેશ'ને યુવકોમાં-કુમારોમાં, અરે, દરેક ગૃહસ્થીઓમાં પહોંચાડવાની ઇચ્છા તેમને કેવી રીતે થઈ, એ એમના જ શબ્દોમાં નીચે બતાવેલું છે:—

"ઋષિ દયાનન્દની જન્મશતાબ્દિ ઉજવાયાને આજ ત્રણ વર્ષ વીતી ગયાં. એ શતાબ્દિ પ્રસંગે અનેક વ્યક્તિઓએ પોતપોતાની ભેટ ઋષિના ચરણોમાં ધરી. મેં વિચાર્યું, હું કયા બગીચામાંથી કઇ જાતનું પુષ્પ લાવી મારા દેવની આરાધનામાં મૂકું? હું એ વિચારમાં જ હતો, એટલામાં આચાર્ય શ્રદ્ધાનન્દે દેવલોકનાં થોડાં સુરભિત પુષ્પો મારી અંજલીમાં મૂકી મને કહ્યું-'બેટા! લે, બ્રહ્મચર્યનાં આ પુષ્પો તારા દેવનાં ચરણમાં મૂક.' આચાર્યે આપેલાં એ પુષ્પો વડે મેં મારા દેવની પૂજા કરી, અને મારા દેવે એ પુષ્પોને સર્વત્ર વેરી નાખવાનો મને આદેશ કર્યો. 'બ્રહ્મચર્ય-સંદેશ'ની આ આત્મકહાણી છે."

આ પ્રમાણે ઋષિ દયાનન્દના આદેશ અનુસાર પ્રો. સત્યવ્રતજીએ બ્રહ્મચર્યનાં સુરભિત પુષ્પો તેમના 'બ્રહ્મચર્ય-સંદેશ'ની છાબમાં ભરી હર્ષિત હૈડે, પવિત્ર ભાવનાએ સકલ જનતાની વચ્ચે, વેરી નાખેલાં છે.

અને મેં એ 'બ્રહ્મચર્ય-સંદેશ'ની હિંદી ફૂલછાબમાંથી વેરાએલાં પુષ્પો ઉપાડી લઇ તેને ગુજરાતી ફૂલછાબમાં ભર્યાં, અને મારા સકલ ગુજરાતી યુવક બન્ધુઓની વચ્ચે પુલકિત હૃદયે વેરી નાખવાનો આ યત્ન કર્યો છે. મને સંપૂર્ણ વિશ્વાસ છે, કે બ્રહ્મચર્યના એ સુમન-સૌરભથી ગુજરાતી ભાષા સમજ-

નાર કોઇ પણ યુવક પોતાના જીવનમાં એક નવશક્તિનો સંચાર કરી તેમાં દુર્ગન્ધને સ્થાને સુગન્ધ, અને સુગન્ધને સ્થાને અતિસુગન્ધ મૂકી શકશે.

મૂળ પુસ્તકમાં યુવાનોને તેમનાં છુપાં કૃત્યોનો સંદેશ છે, બ્રહ્મચર્યનો સંદેશ છે. મેં આ પુસ્તકનું નામ 'બ્રહ્મચર્ય–સંદેશ 'ને બદલે '**યુવાનોને ગુપ્ત સંદેશ**' રાખ્યું છે.

મૂળ પુસ્તકમાં કોઈ ચિત્ર નથી. આ પુસ્તકમાં વાંચનારની સુગમતા માટે શરીરની અંદરના જનન–અવયવો સંબંધીનું એક ચિત્ર મૂકેલું છે.

હું અહિં દારેસલામ અને ચોપડી છપાય અમદાવાદ. જ્યાં પત્રવ્યવહાર કરતાં જ મહિનો થઇ જાય તેવી પરિસ્થિતિ હેઠળ આ પુસ્તક ધારેલા વખતમાં અને અણધારેલા સુંદર રૂપમાં પ્રગટ થાય છે તે બદલ મારે પુસ્તકના મુદ્રક શ્રી ગજાનન વિ૦ પાઠકનો જ આભાર માનવો જોઇએ છે. એ જો મને ન મળ્યા હોત તો આવું પરિણામ આવત નહિં. પુસ્તકમાં જે કંઇ અશુદ્ધિઓ રહી ગઈ હોય તેને માટે વાચક મને જવાબદાર ગણી ક્ષમા કરશે.

રામજી કુબેરદાસ ગણાત્રા.

૧૫૭૪૩

ચિત્ર સમજુતી

અંડગ્રંથીમાંથી સ્પર્મેટોઝુઆ યુક્ત પ્રવાહી ઉત્પન્ન થઈ તે વાસડેફરન્સ એટલે વીર્યવાહિની નળીમાં દાખલ થાય છે.

ત્યાંથી એ પ્રવાહી સેમિનલ વેસિકલ્સ (એટલે વીર્યાશય) માં દાખલ થાય છે.

વીર્યાશયમાંથી વીર્ય આગળ વધી એ આગળ મૂત્રમાર્ગની નળીમાં દાખલ થઇ ત્યાંથી એ નળીને બીજે છેડે બહાર નીકળે છે.

માર્ગમાં પ્રોસ્ટેટ ગ્લૅન્ડસમાંથી ઉત્પન્ન થતો એક જાતનો પ્રવાહી, તેમ જ કૂપર ગ્લૅન્ડસમાંથી પેદા થતો પ્રવાહી એ વીર્યાશયમાંથી બહાર નીકળતા વીર્યમાં મળે છે. આ બધા પ્રવાહીઓ એકત્ર થયા પછી જ તે એકત્રિત પ્રવાહીને '**વીર્ય**' કહેવામાં આવે છે.

જેવી રીતે ચિત્રમાં બતાવ્યા પ્રમાણે મૂત્રાશયની ડાબી બાજુએ વીર્યવાહિની નળી, અને વીર્યાશય આવેલાં છે, તે જ પ્રમાણે મૂત્રાશયની જમણી બાજુએ પણ વીર્યવાહિની નળી, અને વીર્યાશય હોય છે. જો કે ચિત્રમાં જમણી બાજુએ એ બતાવેલાં નથી.

ક આગળથી મૂત્રાશયમાંનું મૂત્ર મૂત્રમાર્ગમાં દાખલ થાય છે, અને બીજે છેડેથી તે બહાર પડે છે ત્યાં સુધીનો બધો ભાગ એ મૂત્રમાર્ગ (યુરિથ્રા) કહેવાય છે.

ચિત્ર જોવાથી દેખાય છે કે વીર્યાશયની એક બાજુએ મૂત્રાશય અને બીજી બાજુએ રેક્ટમ એટલે મળ-સ્થાન આવેલું

છે. રેક્ટમનો નીચલો છેડો એ ગુદદ્વાર, એટલે કે ત્યાંથી મળ બહાર નીકળે છે. કબજીઆતવાળા માણસને સાધારણ રીતે રેક્ટમમાં મળ ભરાએલો રહે છે. જ્યારે રેક્ટમમાં મળ વધારે ભેગો થએલો હોય, તેમ જ મૂત્રાશયમાં પણ મૂત્ર એકઠું થએલું હોઇ તે ભરાએલું હોય, ત્યારે એ બંનેનું દબાણ વીર્યાશય પર થાય છે, અને પરિણામે સ્વપ્નદોષ (વીર્ય–સ્ખલન) થઇ જાય છે. જેને સ્વપ્નદોષની ફરિઆદ છે, તેણે તો મળસ્થાન અને મૂત્રાશય ખાલી કરીને રાત્રિએ સૂવું વધારે જરૂરનું છે.

[જુઓ ચિત્ર પેજ નં. ૨૨૨]

વિષય-સૂચી

આ મૂળ પુસ્તક લખવામાં સહાયક પુસ્તકોની સૂચી

[Bibliography]

આ મૂળ પુસ્તક લખવામાં જે જે પુસ્તકોની સહાયતા લેવામાં આવી છે, તેમાંનાં મુખ્ય પુસ્તકો નીચે પ્રમાણે છે:—

૧ અથર્વ વેદ

૨ અષ્ટાંગ હૃદય (વાગ્ભટ્ટ પ્રણીત)

૩ ' ચાંદ 'નો વેશ્યા–અંક

૪ દસ ઉપનિષદ્

૫ ભાવપ્રકાશ (ભાવમિત્ર કૃત)

૬ મનુસ્મૃતિ (મનુપ્રણીત)

૭ સત્યાર્થપ્રકાશ (ઋષિ દયાનન્દ કૃત)

૮ સુશ્રુત સંહિતા (સુશ્રુતાચાર્ય પ્રણીત)

૯ સંસ્કારવિધિ (ઋષિ દયાનન્દ કૃત)

10 Emotions and Will

11 Sexual life of our Time

12 The Glands Regulating Personality

13 Sex Education Series

14 The Science of a New life

15 Causation of Sex

16 Answers to Ever-Recurring Questions from the people

17 Erotic Simbolism

18 Modesty Sexual Precocity and Auto Erotism

19 Psychology of Sex
20 Sexual Selection in man
21 Home cyclopedia
22 Anatomy
23 The Evolution of Sex
24 Dynamics of Manhood
25 From Youth into Manhood
26 Reproduction & Sexual Hygiene
27 Physiology
28 Varieties of Religions
29 Principles of Psychology
30 Living Temple
31 Plain Facts
32 Seven Studies for Youngman
33 Text Book of Botany
34 The Sexual Science
35 Sexual life of the child
36 Encyclopedia of Physical culture
37 Manhood and Marriage
38 Sex Lessons of a Physician
39 Natural Philosophy
40 What a Young Boy ought to know
41 What a Young Husband ought to know
42 Married love.

પુસ્તક મળવાનું ઠેકાણું:—

માધવજી વિશ્રામ એન્ડ બ્રધર્સ

મોટર સ્પેર પાર્ટ્સ, સાયકલ સ્પેર પાર્ટ્સ,

સાયકલો, વગેરેના જનરલ મર્ચન્ટ

પી. બી. નં. ૧૫૫

દા રે સ લા મ

યુવાનોને ગુપ્ત સન્દેશ

પ્રકરણ ૧ લું.

શું આ વિષય ખરેખર ગુપ્ત રાખવા યોગ્ય છે?

ગંદા વાતાવરણમાં આજનો બાળક.

આજ આપણું સામાજિક વાતાવરણ કેવા પ્રકારનું છે? મલીનતાથી ભરેલું એ એક ઝેરી વાતાવરણ છે. આપણે દરરોજ કોણ જાણે કેટલાય ગંદા વિચાર એ વાતાવરણમાંથી મસ્તિષ્કમાં ભરીએ છીએ, અને બીજા કોણ જાણે કેટલાય એવા મલીન વિચાર મસ્તિષ્કમાં દાખલ થવાની તૈયારી કરવા માંડે છે.

જીવનનો વસન્ત–નવયૌવનકાળ, જે અનેક મોહક અને સુગંધિત પુષ્પોના વિકાસથી બહેકી નીકળવો જોઇએ. તે નવયૌવનના સુગંધમય સમયમાં સુગંધને બદલે દૂર્ગંધયુક્ત કાદવ–કીચ્ચડ ઉગતા નવયુવાનોના મસ્તિષ્કની અંદર ભરાઇ જાય છે. આઠ–દશ વર્ષના બાલકના ચહેરા તરફ જોવાથી આપણને કાંઇ ખબર પડતી નથી, પરન્તુ તેના હૃદય–દ્વાર ખોલીને અંદર જોવામાં આવે, તો એક ધીમી સળગતી ભઠ્ઠી નજરે પડે છે; કે જે ભઠ્ઠી પછી થોડા જ સમયમાં હૃદયમાં આગનું એક

પ્રચંડ સ્વરૂપ ધારણ કરે છે. એ બાળક એમ નથી ઇચ્છતો કે તેના હૃદયમાં કોઇ જોઈ જાય. એ અત્યંત છુપું રાખવાને મથે છે. 'કોઇ જાણી જશે તો?' એ વિચારથી તે કંપે છે—નખથી શિખ સુધી તે હાલી ઉઠે છે. તે જાણે છે કે તેની અંદર કીચ્ચડનો ગંજ જામતો જાય છે. કોઇ અજ્ઞાત પ્રેરણાથી તે કોઇને પણ પોતાના અંતઃકરણમાં જોવા દેતો નથી. પોતે એકાંતમાં બેસી ભીતરના છૂપા પડદાઓને આઘા કરી કરીને તે અંદર જોયા કરે છે—એ ભીતર ભાગમાં ભેગા કરેલા 'ગુપ્ત રહસ્યોને' ઉલટાવી સુલટાવીને તે જોયા કરે છે.

સમાજ શું માને છે?

પરન્તુ હાય, તે રહસ્યો! એ ગુપ્ત રહસ્યો તો બાલકના આત્માનું હીર હરી જાય છે. શરૂઆતમાં બાલક એ રહસ્યોને જાણવાની ઇચ્છા કરે છે, પોતાના બે—ચાર સાથીઓને તે પૂછે છે. પરન્તુ એ સાથીઓ તેને સાચું શું સમજાવે? ખૂદ એ સાથીઓ જ ગંદા વિચારોથી જ્યાં ડૂબેલા છે, ત્યાં એ સાથીઓ તરફથી તેને બીજું શું મળે? એ સાથીઓ આંખ—મીચકારા મારે છે, અને શયતાની હાંસી ઉડાવે છે. જે એ 'રહસ્યો'ને 'રહસ્ય' ન સમજે તે ભોળો ગણાય છે, તેની મજાક થાય છે, અને તેને અક્કલ વગરનો ગણી કાઢવામાં આવે છે. અરે, આજનો સમાજ! ચોતરફ ગંદો છે—અત્યંત ગંદો છે. એ રહસ્યોનો ભેદ સમજાવી બાલકને પ્રથમથી જ સાવધાન કરી દેવામાં નથી આવતો. પરન્તુ તેને બદલે, 'એવી વાત ન થાય'—'ન પૂછાય' એમ કહીને વડિલો તરફથી બાલકને તરત જ દબાવી દેવામાં આવે છે, પરિણામે એ ભોળો બાલક, કે જે 'રહસ્યો'ની બદબોથી એક વખત સાવ કોરો

હતો, તે વખત જતાં દોસ્તોની અંદર છંટાઇ ચૂકેલો–પક્કો ઉસ્તાદ ગણાય છે. ગુપ્ત વાતો કોણ જાણે કઇ ગુપ્ત રીતે તેના મગજને ભરી દે છે. એક વખતની શાન્ત પ્રકૃતિ પછી ચંચલ બની જાય છે, અને હૃદય–સમુદ્ર ભરતીની મસ્તીએ ચઢે છે.

આજનો સમાજ કહે છે કે આ (જનન વિદ્યા) વિષય જાહેરમાં બોલવા જેવો નથી. એ ગુપ્ત રાખવા જેવો વિષય છે. માતા પિતા કહે છે કે, 'ચૂપ રહો, એનો એક શબ્દ પણ અમારા છોકરાઓના કાન પર પડવા ન દો.' શિક્ષક વર્ગ બાલકોને સ્પષ્ટ રીતે કંઇ પણ કહેવા ચાહતો નથી. બાલકોના હૃદયમાં પ્રકૃતિની પ્રત્યેક વસ્તુ જોઈને ઉત્સુકતા ઉદ્ભવે છે. આ ગુપ્ત 'રહસ્ય' માટે પણ એને ઉત્સુકતા સતાવવા લાગે છે. પરન્તુ તે જુએ છે, કે એ વિષયનો એક શબ્દ પણ હોઠ પર આવતાં જ તેનું ગળું દાબી દેવામાં આવે છે. 'ચૂપ રહો. આજથી એ વાત જીભ પર કેવી ?' ચારે તરફ બસ, ચુપકીદી–ચુપકીદી ! બધા સ્વાભાવિક રસ્તા બંધ દેખીને પછી બાલક પોતે પોતાનો માર્ગ શોધી કાઢે છે. પરન્તુ ચુપકીદીને બદલે તો એ માર્ગે બાલક વિનાશને તોફાને ચઢે છે. માતાપિતાના અને શિક્ષકોના શીખવ્યા વિના બાલક ઘણુંએ શીખી જાય છે. થોડા જ સમયમાં એ એટલું બધું તો શીખી જાય છે, કે એને ભૂલાવવાને એક જન્મ તો શું પણ કેટલાક જન્મ પણ પૂરા નથી પડતા. એ શીખેલું જોઇ પછી માતાપિતા માથું ધુણાવે છે, ગુરુજનો આંસુ સારે છે. એનું જીવન એક ખીલેલા પુષ્પની પાંખડીઓને મસળી નાખવા જેવું સત્વહીન–કરમાયલું–બની જાય છે.

તો પછી આ વિષય શું ખરેખર ગુપ્ત રાખવા જેવો છે ?

શું દોસ્તોએ મજાક ઉડાવવી, માતાપિતાઓએ આંખ બતાવવી; ગુરુઓએ મૌન સાધવું એ બધું શું ઉચિત છે?

હું તો નથી સમજી શકતો કે આ વિષયને આટલો બધો ગુપ્ત શા માટે માનવામાં આવે છે. અફસોસ તો એ છે, કે એને ગુપ્ત ગણવાની સાથે ગંદો પણ સમજવામાં આવે છે! આપણી સમજમાં એ કોણ જાણે કેમ નથી આવતું, કે જે પ્રકારે માનવ-શરીરમાં ફેફસાં, કાળજું, પેટ વગેરે છે, અને તેને પોતપોતાનાં કામ કરવાં પડે છે, તે જ પ્રમાણે માનવ-શરીરમાં એક ઉત્પાદક અવયવ પણ છે. મનુષ્યના શારીરિક અંગ સઘળાં પવિત્ર છે—સઘળાં ઉપયોગી છે, અને એ પ્રત્યેક અંગનું જ્ઞાન પ્રત્યેક વ્યક્તિને માટે આવશ્યક છે.

એ ઉત્પાદક અંગનું જ્ઞાન અને એ સંબંધીની ચર્ચા એટલા માટે ગુપ્ત રાખવા જેવા અને ગંદા સમજવામાં આવે છે, કે દુશ્ચરિત્ર લોકોએ એનો દુરુપયોગ કર્યો છે. શરીરના એ પવિત્ર અંગની ચર્ચા કરવાની સાથે જ એવાઓની સ્મૃતિમાં વિષયવાસનાથી ભરપૂર ચિત્રો ઘૂમવા લાગે છે. એવાઓની વિચારધારા ગંદી ગટરોમાં વહ્યા કરે છે.

પરન્તુ શું આ વિષયની ચર્ચા ખરેખર ગંદી ચર્ચા છે? તો પછી સૃષ્ટિના બીજા પદાર્થોની ચર્ચા એ ગંદી ચર્ચા કેમ નહિ? એવી વ્યક્તિઓને પૂછો કે તેઓ આંખ અને કાનની ચર્ચા કરતી વખતે શા માટે લજવાતા નથી? એ અવયવો પણ એક શરીરના જ અવયવો છે. એવાઓને પૂછો કે તેઓ ગુરુત્વાકર્ષણ અને વર્ષાના નિયમો વિષે ચર્ચા ચલાવતા શા માટે શરમાતા નથી? જેને તેઓએ ભૂલથી ગુપ્ત માની લીધી છે એવી શારીરિક પવિત્રતાની વાતો સાંભળતાં જ શા માટે તેઓ

માથું નીચું ઢાળે છે? તેને ગંદી માને છે? અને પોતાના સંતાનોને તેનાથી બચાવવાની કોશીશ કરે છે?

જો નવયુવક એવી ચર્ચાથી સાવ અજ્ઞાત હોય, તો જરૂર કેટલાકને એમ પ્રશ્ન થશે કે એવી વાતોના જ્ઞાનથી ઉલટી લાભને બદલે હાનિ નહિ થાય? પરન્તુ બીજી તરફ જ્યારે નવયૌવનની સરળતાનું ઉગતા પ્રભાતમાં જ ગ્રહણ થતું જોઇએ છીએ, બાલ્યાવસ્થાની સફેદ ચાદર પર કલ્પના પણ ન કરી શકાય એટલા બધા કાળા ધાબા જ્યારે જોઇએ છીએ, ત્યારે મ્હોંમાંથી સહસા શબ્દો નીકળી પડે છે: 'શું આ ચુપકીદીથી અમે પાપના ભાગી તો નથી બનતા? અમારાંથી કાંઇ એવું તો નથી થઈ રહ્યું, કે જેથી અમારૂં મૌન લાખ્ખો નિઃસહાય નવયુવકોને નિરાશાની ભયંકર ઉંડી ખાઇમાં હડસેલી મૂકે છે; અને પછી એના ઉદ્ધારની કોઇ દિવસ આશા પણ નથી રહેતી'? જગતના સર્વ જ્ઞાની જનોની આ વિષયમાં એકમતિ છે. ઉત્પાદક અવયવો સંબંધમાં બાલક કોઇ નહિ ને કોઇ ઠેકાણેથી પણ જ્ઞાન તો મેળવી જ લે છે. એટલા માટે બાલકોની દિન પરદિન વધતી જતી ઉત્સુકતાને શુદ્ધ—પવિત્ર સ્રોતથી શાન્ત કરી દેવી જ જોઇએ. એમ નહિ કરવામાં આવે તો આદમ અને હવ્વાનાં સંતાન શયતાન પાસેથી સર્વ કાંઇ શીખી શકે છે. પશુઓની પેઠે માણસને પણ આ વિષયનું જ્ઞાન કુદરત દ્વારા થઇ જતું હોત તો ઘણું સારૂં થાત. પરન્તુ મનુષ્ય અને કુદરત! જ્યાં કુદરતી જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવાનો સમય પણ નથી આવતો એટલામાં તો માણુસ બધું જ શીખી જાય છે; અને એ શીખવાનું સાધન પણ હંમેશાં ગંદુ—અત્યંત ગંદુ—હોય છે. કેટલુંક તો તે પોતાના આચારભ્રષ્ટ સાથીઓ દ્વારા શીખે છે, અને કેટલુંક

સમાજમાં ચાલતા ગંદા હાંસી-ઠઠ્ઠાઓમાંથી શીખે છે, અને કેટલુંક છાંપખાનાઓની મહેરબાનીથી દિન પ્રતિદિન વધતા જતા અશ્લીલ સાહિત્યથી, બિભત્સ ચિત્રોથી, તથા સિનેમાના ચિત્રપટો પરથી તે શીખે છે.

આ નભોમંડળ કોણ જાણે કેટલાય નવયુવકોના હૃદયવેધી આર્તપોકારથી વ્યાપ્ત થઈ રહ્યું છે.

નવયુવાનોને. કેટલાયનો એ પોકાર આકાશને ચીરીને કાનો પર અથડાય છે કે 'હાય, જો મને પહેલેથી ખબર પડી હોત તો કેટલું બધું સારૂં થાત'! જ્યારથી આ પુસ્તકના કર્તાએ પ્રથમ અંગ્રેજીમાં લખેલું આ જ પુસ્તક નવયુવાનોના હાથમાં પહોંચ્યું છે, ત્યારથી ઉપરા ઉપરી એના કર્તા ઉપર અનેક યુવકો તરફથી પત્ર આવવા લાગ્યા છે. યુવકમંડળી આ પ્રકારના સાચા જ્ઞાન વિના હવે તરસે છે. યુવકો પત્ર લખે છે, કે "જો બે વર્ષ પહેલાં આપનું પુસ્તક મારા હાથમાં આવ્યું હોત તો તેણે મને જરૂર બચાવી લીધો હોત." આ પુસ્તકના કર્તાએ એવા યુવકોને ઉત્તર આપતાં હંમેશાં એ જ લખ્યું છે, કે "અય, મારા નૌજવાન દોસ્ત! જો તારા તે દિવસો પસાર થઈ ગયા છે, તારી ખાંધ પર નિરાશાનો ભાર હંમેશને માટે મૂકી તે પસાર થઈ ગયા છે, તોપણ એને ખંખેરી તું ખડો થઇ જા. વીતીને વિસારી દે, અને ભવિષ્યની ચિન્તા કર. જીવનની નવી શરૂઆત કરી દે; યાદ રાખ, કે જે કાયા પલટવા માગે છે તેને માટે 'મોડું' શબ્દનો કશો અર્થ જ નથી. જો તું સમજી શક્યો છે કે જીવનના એ આવશ્યક નિયમોનું ઉલ્લંઘન કરવાનું કેવું ભયંકર પરિણામ આવે છે, તો તું તારા એ અનુભવનો સદુપયોગ કર. જો તું અત્યારે ચઢતી જુવાનીમાં છે, તો તારાથી જે મોટ

છે તેના જીવનની પાઠશાળામાંથી શીખેલા અનુભવો વડે તું લાભ ઉઠાવ. એ અનુભવો અણમૂલ છે."

પ્યારા નૌજવાન! માનવસમાજના એ અનુભવો હું તારા સુધી પહોંચાડવા ચાહું છું. આ પુસ્તકમાં મનુષ્ય જાતિના બ્રહ્મચર્ય વિષયક અનુભવોનો સંદેશ છે. જો તારા વડિલો, તારા માતાપિતા, અને તારા ગુરુજનો તારા પ્રત્યેના તેમના કર્તવ્યને સમજી, હાથમાં મશાલ લઈ તારા જીવનમાર્ગમાં આડે આવતા ખાડાઓથી તને સાવધાન કરત, તો હું આ ઉત્તરદાયિત્વપૂર્ણ ભારને હાથ પણ ન લગાડત.

પરન્તુ અફસોસ! તેઓને એ કામને માટે ફુરસદ જ નથી, તેમજ તેઓ એ કામના મહત્ત્વને જાણતા પણ નથી. પ્રત્યેક નવયુવકની જીવન–નૌકા સંસારના અથાગ સમુદ્રમાં કોઇ અપરિચિત તટની શોધમાં પ્રવાસ કરી રહી છે. તેના માર્ગમાં કોણ જાણે કેટલાય ભયંકર ખડકો જળની નીચે ઢંકાએલા પડેલા છે, કે જેની સાથે એક ટક્કર ખાતાં જ એ નૌકાના ભુક્કેભુક્કા ઉડી જાય એમ છે. હું એ દશ્ય મારી આંખોએ જોઇ રહ્યો છું, તો પછી શા માટે ભયનો ઘંટ વગાડી ઉંઘતા સુકાનીને જાગ્રત્ કરવાનો યત્ન હું ન કરૂં? અય નાવિક! સાવધાનીથી સુકાનને પકડ, જોજે કંઇ તોફાન તારી નૌકાને માર્ગમાં ક્યાંઈ અથડાવી ન દે! આંખો ખોલીને તારી જીવન–નૌકાને હંકાર, કોઈ જળચર તેનો ગ્રાસ ન કરી લે. સાવધાન! આ સંકટમય જીવનયાત્રામાં પ્રતિક્ષણ સાવધાન! એ યાત્રા લાંબી છે–ઘણી લાંબી છે; અને સમય પણ એટલી જ ઝડપથી કૂચ કરી રહ્યો છે. આ યાત્રામાં તેં ક્યાંઈ પણ ભૂલ કરી, તો યાદ રાખજે, તારા પ્રભુનો રચેલો આ બધો ખેલ જોતજોતામાં બગડી જશે.

. . . . .

પ્રકરણ ૨ જું.

પ્રેમની ખીલતી કળીઓ !

માતાનું સ્નેહભર્યું મૃદુ ચુંબન કોના રોમ રોમને પુલકિત નથી કરી દેતું ? વહાલી બેનને જોઇ કોનું હૃદય આનંદના સ્રોતથી ભિંજાઇ જતું નથી ? કોઈ ઠેકાણે કોઇ અજ્ઞાત વ્યક્તિનું દર્શન થતાં જ–ચાર આંખો ભેગી થતાં જ–કોને સ્વર્ગીય સંગીતનો મધુર ધ્વનિ નથી સંભળાવા લાગતો ? એનું જ નામ 'પ્રેમ' છે.

પ્રેમની શક્તિ.

'પ્રેમ'! અહા, એ કેવો મીઠો શબ્દ છે! કવિ અને કૃષિકાર, યુવક અને યુવતી સર્વ કોઇએ તેની મિઠાશમાં પોતાની જાતને ભુલાવી દીધી છે. કયા આત્મામાં પ્રેમનો વિહ્વલ વ્યથા નહિ થાય ? કયું હૃદય પ્રેમના રસમય ગૂઢ આલિંગનથી વંચીત રહેતું પસંદ કરશે ? કયા અધર પ્રેમના વિહ્વલ ચુંબન માટે આકુલવ્યાકુલ નહિ બને ? આ બે અક્ષરનો નાનોશો શબ્દ પોતાની અંદર વિશ્વની અસીમ શક્તિને ભરી બેઠો છે. આ

એક અપૂર્વ જાદુ છે. બે વર્ષનો એક નાનો સરખો બાલક એ જ પ્રેમ–બંધનથી ખેંચાઇને, વ્યાવહારિક ભાષાનો એક શબ્દ પણ ન જાણતાં છતાં પોતાની માતાની રસભરી આંખોમાંથી તેના અંતઃકરણ સુધી પહોંચી જાય છે. પ્રેમિકા, એ જ પ્રેમની શબ્દ રહિત મૌન ભાષામાં આંખને એક પલકારે પ્રેમીના ચિત્ત–પટલ પર વીજળીઓ ચમકાવે છે. પ્રેમ, સીમાઓને કૂદી જાય છે, દિવાલોને તોડી નાખે છે, ખાઇઓને ભરી દે છે, પોતાની અદ્‌ભુત શક્તિ વડે વિશ્વની વિવિધતાને પણ મિટાવી દે છે, એકરસતાનું અખંડ સ્વર્ગીય સામ્રાજ્ય પૃથ્વીપર સ્થાપિત કરી દે છે, અને જીવનને અંદરથી પોલાની જગાએ ભરેલું, દીનતાનીં જગાએ સમૃદ્ધિથી સંચિત થએલું, તથા દુઃખમયની જગાએ સુખમય બનાવી દે છે.

પ્રેમપુષ્પની સુગંધ એક પ્રકારનો નીશો આણે છે. એની પ્રથમ કળીનો જ વિકાસ એક કોમલ વયના બાલકને આકર્ષણીય બનાવી દે છે. એ પ્રેમપુષ્પના બીજને હૃદયની ફલદ્રુપ ભૂમિમાં છાંટવા માટે કોઇ દેવદૂત અનુકૂલતાનો લાગ જોતો ફર્યા કરે છે, અનુકૂલે ઋતુ આવતાં જ એ પ્રેમનાં બીજ વાવી નાખે છે. બસ, નવયુવક પોતાના અનેક સાથીઓમાંથી કોઇ એકને હૃદયમાં ચૂંટી કાઢી તેની આરાધના કરવા લાગે છે. અચાનક તેને એક દિવસ સાફ સાફ માલમ પડી જાય છે કે પોતે સ્કૂલના તે છોકરા તરફ ખેંચાતો જાય છે. સ્કૂલની રજામાં તેની સાથે ખેલવાને તેનું હૃદય ચાહે છે. ધીરે ધીરે એવી ઇચ્છા ઉદ્‌ભવે છે કે તે દરેક વખતે તેની સાથે રહે, તેના ચ્હેરા પર એક અદ્‌ભુત આકર્ષણ રહે છે. શરીરની સર્વ શક્તિઓ એમાં

નિર્દોષ બાલ પ્રેમ.

કેન્દ્રિત થઇ જાય છે. તેનાથી દૂર રહેવાને જીવ નથી ચહાતો. સ્વપ્નમાં પણ તે દેખવા લાગે છે. જાગ્રત્ દશામાં પણ જ્યારે એ એની પાસે ન હોય ત્યારે તેની પ્રતિમા આંખો આગળ રમવા લાગે છે. જો તેનાથી થોડા વખત માટે વિયોગ થાય છે, તો અંતરાત્મા વ્યાકુલ થઇ જાય છે. તેના મુખથી નીકળતો એક એક શબ્દ આત્મામાં ઉલ્લાસનો સંચાર કરી દે છે. તેની તિરસ્કારભરી એક દૃષ્ટિ અધીર અને પાગલ જેવા બનાવી દે છે. પ્રેમમાં તે નખશિખ પર્યંત ડૂબી જાય છે.

યુરોપ અમેરિકામાં છોકરા–છોકરીઓ એક જ સ્કૂલમાં સાથે ભણે છે. તેમને ગૃહજીવનમાં પણ એક બીજાના સંબંધમાં આવવાની તક ઘણી સારી મળે છે. સહેજે જ એક છોકરો કોઇ છોકરી તરફ પ્રેમ બતાવવા માંડે છે.

પણ હિંદમાં સામાજિક બંધનોના કારણથી છોકરા–છોકરીઓ જુદી જુદી સ્કૂલમાં ભણે છે. તેમને છૂટથી મળવાનો અવસર પ્રાપ્ત નથી થતો; અને તેથી એક છોકરો પોતાના સાથીઓમાંના કોઈ છોકરા તરફ સહેજે આકર્ષાઇ જાય છે. એટલે સુધી તે આકર્ષાય છે, કે તેને પોતાના દીલની એક વહાલી વસ્તુ સમજે છે.

યુરોપ–અમેરિકામાં પણ છોકરા તરફ છોકરાનાં ખેંચાણ કાંઇ ઓછાં નથી. પરન્તુ ત્યાં છોકરા–છોકરીઓને સાથે રહેવાનો પ્રસંગ વિશેષ આવતો હોવાને લીધે સ્વાભાવિક રીતે જ છોકરા–છોકરીઓમાં સ્નેહ–સંબંધ વધારે બંધાય છે.

છોકરાઓની પરસ્પરની એ પ્રેમ–ઘનિષ્ટતા લગભગ વિવાહ સમય પછી ઓછી થઇ જાય છે. પ્રેમનો કંઇક આ સાધારણ અભિનય પ્રાયઃ પ્રત્યેક બાલકના વિદ્યાર્થી જીવનમાં જોવામાં

આવે છે. એ અભિનયમાં લગાર પણ મનની અપવિત્રતા હોતી નથી, મનની એ નિર્દોષ–પવિત્ર સ્થિતિમાં કેટલાક 'પ્રેમી' બને છે, અને કેટલાક 'પ્રેમપાત્ર' બને છે. પરન્તુ શાળાના વિદ્યાર્થીઓનાં એ પ્રેમ–નાટક લાંબા દિવસ ટકતા નથી. ભોળા–નિષ્કલંક જીવનની લહેરો પર ઉદ્દભવેલા ક્ષણિક મનોભાવનાના એ પરપોટા જલદી ફૂટી જાય છે. ચાર–છ દિવસોમાં જુની મૈત્રી તૂટી જાય છે. ને નવી બંધાય છે. બાલજીવનમાં બાલક–બાલિકાઓના ખેલ આ જ પ્રમાણે ચાલે છે. પ્રિય પાઠક ! નિર્દોષતાની પ્રતિમા સમા બાલક બાલિકાઓના ખેલ જોવામાં દીલમાં કેટલો આનંદ આવે છે ?

કુમાર અવસ્થા શાથી આવે છે ?

પરન્તુ એ ખેલ જો ખેલ જ રહે, ખેલ થાય અને પડી ભાંગે એ પ્રકારની બાળલીલાઓ જ રહે, તો તો તેને જોઇ હસી પડવા સિવાય બીજું કાંઈ પણ કહેવાની કરવાની જરૂર ન રહે. પણ થોડા જ વખતમાં છોકરાઓ એ ખેલની અવસ્થામાંથી ઘણે આઘા ચાલ્યા જાય છે. તેમની આયુ જેમ જેમ વધતી જાય છે, તેમ તેમ તેઓ પ્રેમના જાદુમાં વધારે ફસાતા જાય છે. 'પ્રેમ' આ બે અક્ષરના શબ્દમાં તેમને અવર્ણનીય–અદ્વિતીય–રહસ્ય દેખાવા લાગે છે, અને એ રહસ્યને ખોલીને જોવાની સાથે સાથે તેમના સ્વચ્છ અને નિષ્કલંક મુખ–આકાશ પર શ્યામ રંગના વાદળ બંધાતા જાય છે. એક વખતનો શુદ્ધ અવિકારી પ્રેમ, કે જેમાંથી એકલી સરળતા ટપકતી હતી, તે હવે નવયૌવનાના સંચારથી ઉદ્દભ્રાન્ત થઈ જાય છે. એ પ્રેમ હવે બાલકનો પ્રેમ નહિ, પણ યુવકનો પ્રેમ થઇ જાય છે; અને એમ થવાનું કુદરતી કારણ પણ છે. એ કારણ શું છે એ આપણે તપાસીએ.

માણસના મસ્તિષ્કના (મગજના) મુખ્ય બે ભાગ છે. એક આગલું મગજ અને બીજું પાછલું મગજ. આગલું મગજ એ મોટું મગજ, અને પાછલું મગજ એ નાનું મગજ કહેવાય છે. મોટા મગજને અંગ્રેજીમાં ' સેરિબ્રમ ' અને નાનાને ' સેરિબેલમ ' કહે છે. આગલું મોટું મગજ આપણી ખોપરીમાં એક મોટો વિસ્તાર રોકે છે. મ્હોં આગળથી શરૂ થઈ તે માથાના ઉપલા બધા ઉપસેલા ભાગ સુધી ફેલાએલું છે. મોટા મગજની નીચેથી, ગળાની જરા ઉપરથી પાછળની તરફ એક કાનથી બીજા કાન સુધી નાનું મગજ ફેલાએલું છે. જેમ આપણે કાપડના એક ટુકડાની અનેક ઘડી પાડીએ છીએ. તે જ પ્રમાણે મોટા અને નાના મગજમાં અનેક ઘડીઓ પડેલી હોય છે. એ ઘડીઓની વચ્ચેની ઉંડાઈ પરથી મગજની બુદ્ધિ–શક્તિ સૂચિત થાય છે. જેમ એ ઉંડાઇ વિશેષ તેમ તેમ મગજમાં બુદ્ધિ વિશેષ એમ સમજાય છે. બંને મગજ માથાની ખોપરીમાં સુરક્ષિત રહે છે, અને તેમને વિકાસ પામવાને પૂરતી જગા પણ તેમાં હોય છે.

મોટું મગજ ખાસ કરીને વિચારવાનું કામ કરે છે. માણસમાં રહેલી પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિયો દ્વારા જગત્માંથી તે જ્ઞાન–અનુભવ મેળવે છે. એટલા માટે મોટું મગજ એ વિચાર અને અનુભવ–જ્ઞાનનું કેન્દ્રસ્થાન સમજવામાં આવે છે. નાનું મગજ એ માણસ જાતની અનેકવિધ પ્રવૃત્તિઓનું જન્મસ્થાન છે, અને શરીરયંત્રનું સંચાલન કરે છે.

એ નાના મગજવડે શરીરની દરેક હીલચાલ થઇ શકે છે. શરીરને તે બરાબર નિયમમાં રાખે છે. માતાપિતા, કુટુંબીજનો એ બધા તરફ થોડા કે વધારે પ્રેમનું સંચાલન એ નાના મગજ

વડે થાય છે. એ નાના મગજને કોઇ પ્રકારનું નુકશાન થાય, તો માણુસ પોતાના શરીરને વશમાં રાખી શકશે નહિ. તે ચાલતાં ચાલતાં આગળ, પાછળ, કે બાજુ તરફ નમી પડશે, અથવા પડી જશે, કેફી ચીજોની અસર ખાસ કરીને નાના મગજ ઉપર જ વધારે થાય છે, અને તેથી જ દારૂ પીધા પછી માણુસનું શરીર લથડીઆં લે છે—તેના હાથમાં રહેતું નથી. પ્રેમભાવનો સંબંધ પણ એ નાના મગજ સાથે જ છે, અને તેથી પ્રેમના ઉન્માદમાં પણ માણસની અવસ્થા દારૂથી કોઈ રીતે ઉતરતી નથી હોતી.

નાના મગજનું કામ ટૂંકામાં કહીએ તો આ પ્રમાણે છે:—

૧ સાંસારિક પ્રવૃત્તિઓનું એ કેન્દ્રસ્થાન છે. પ્રેમભાવ, સમાજપ્રેમ, દામ્પત્યપ્રેમ, વાત્સલ્યભાવ, તત્પરાયણુતા, એ વગેરેનું એ ઉદ્ભવસ્થાન છે.

૨. હાલવું—ચાલવું, બેસવું, ઉઠવું, ઉભા રહેવું, હાથપગ હલાવવા, આંગળીઓ હલાવવી, કૂદવું એ વગેરે બધી શારીરિક ક્રિયાનું સંચાલન પણ નાના મગજમાંથી થાય છે.

બાલ્યાવસ્થામાં નાનું મગજ આખા મગજનો વીસમો ભાગ હોય છે. પરન્તુ પચ્ચીસ વર્ષની ઉમ્મર સુધીમાં તે વિકાસ પામતું પામતું આખા મગજનો લગભગ સાતમો ભાગ થઇ જાય છે.

જે વખતે નાનું મગજ વિકાસ પામવા માંડે છે તે વખતને—તે અવસ્થાને—'કુમાર' અવસ્થા કહે છે. નાના મગજનો વિકાસ થવા માંડે છે એટલે બાલક તે બાલક મટી 'કુમાર' બને છે. તે વખતે કામવાસનાનો સંચાર થવા માંડે છે. 'કુમાર' શબ્દનો અર્થ પણ એવો જ થાય છે. 'કુત્સિત

છે માર જેને માટે, તે કુમાર'. કુત્સિત એટલે ખરાબ, અને માર એટલે કામવાસના. એટલે કે જે અવસ્થામાં કામવાસના જીવનને ખરાબ કરી શકે છે, એ અવસ્થાનું નામ કુમાર–અવસ્થા. જીવનમાં મારશક્તિનો–કામશક્તિનો–સંચાર થવો, એ નાના મગજના વિકાસ પામવાનું જ એક પરિણામ છે.

કુમાર અવસ્થાની મસ્તી.

એ વખતે પ્રેમની કળીઓ ફૂટવા માંડે છે, અને જીવનના રહસ્યો તરફ–જીવનની ગુપ્ત વાતો તરફ–કુમાર અને કુમારિકાઓનું મન વધારે ખેંચાય છે. તે વખતે જીવનની જે અવસ્થા થઈ જાય છે, તે કોઇથી શું અજાણી છે? નવીન રસની લહેરો તે વખતે જીવનમાં ઉઠે છે, લોહીમાં જોસ પ્રકટે છે, એક અજબ શક્તિના સંચારથી નસે નસમાં સ્ફૂર્તિ આવે છે, માણસ તે વખતે હવામાં ઉડવા લાગે છે. પોતાને કોઇ જુદી જ દુનિઆમાં તે જુએ છે. તેના પર એક પ્રકારની મસ્તી દેખાય છે. જુવાનીનો નીશો તેને ચઢતો જાય છે, અને થોડા વખતમાં જ એ નીશામાં તે ચકચૂર બને છે–પાગલ બને છે.

કુમાર અવસ્થાનું આ એક આછું ચિત્ર છે. પંદર–સોળ વર્ષના એક કિશોર (કુમાર)ના જીવનમાં જુવાનીનું છુપું રહસ્ય ઉથલપાથલ મચાવી મૂકે છે. કામભાવની પ્રથમ જાગૃતિ આદમ અને હવ્વાના સંતાનોના હૃદયમાં એક આંધી ઉત્પન્ન કરે છે. જો તે વખતે કામવાસનાના ઘોડાને સંયમની લગામથી અંકુશમાં ન રાખવામાં આવે, તો એ ઉત્પન્ન થએલી આંધી વધતી વધતી મોટા તોફાનનું સ્વરૂપ ધારણ કરે છે. પછી એની સામે ગમે તે આવે તેને તે ઉડાવી દે છે. જ્યારે કામવાસનાનું પ્રલયકારી તોફાન એક વખત મનમાં પ્રકટે છે, ત્યારે સર્વનાશનાં

ચિહ્ન દેખાવા લાગે છે. પરિણામે અંધકાર અને અંધકાર સિવાય પછી કશું બચવા પામતું નથી. એ તોફાનમાં જોઇએ તો ધનવાન્ કે જોઇએ તો નિર્ધન, યુવક કે યુવતી, ગમે તે સપડાયું હોય, તોપણ તેને માટે આ એક જ પરિણામ છે. જ્યારે એ તોફાન શમી જાય છે, ત્યારે મૃત્યુની શાંત મુદ્રા જીવન પર અધિકાર જમાવી લે છે.

કુમાર–અવસ્થામાં જીવનરસ–વીર્ય–બનાવવાની શરૂઆત થવા માંડે છે. બાલ્યાવસ્થાને પૂરી કરી કિશોર અવસ્થામાં આવતાં જ એક કિશોરના લોહીની અંદર એ જીવનરસ–વીર્યનો સંચાર થવા માંડે છે. એ જીવનરસને જો શરીરમાં ખપાવી દેવામાં આવે તો શરીરના સઘળા સ્નાયુઓ મજબુત બને છે, સ્નાયુઓમાં શક્તિ ભરાય છે, અને શારીરિક, માનસિક તથા આત્મિક વિકાસ થવા માંડે છે. પરન્તુ જો એ જીવનરસનો ક્ષય થવા માંડે તો જીવન શક્તિહીન થઈ જાય છે–જીવન ભારરૂપ બની જાય છે.

જીવનરસ (વીર્ય) પર મનનો અદ્ભુત પ્રભાવ.

જીવનરસ–વીર્ય–પર મનની અસર તાત્કાલિક અને અદ્ભુત થાય છે. તમે શરીરના સ્નાયુઓને મજબુત કરવાનો વિચાર કર્યા કરશો, તો શરીરમાં ઉત્પન્ન થતો જીવનરસ એ સ્નાયુઓ તરફ ગતિશીલ થશે. તમે ઉચ્ચ વિચારોમાં જ દિવસ રાત વિતાડશો, તો એ જીવનરસ મગજ તરફ ગતિશીલ બની મગજને પુષ્ટ બનાવશે. જો મનોબળ વડે તમારી સ્મરણશક્તિને મજબુત કરવાની ઇચ્છા રાખ્યા કરશો, તો એ જીવનરસ વડે સ્મરણશક્તિ બલવાન્ બનશે. એ જીવનરસ–વીર્યને 'રેતસ્'

પણ કહે છે. આર્યશાસ્ત્રોમાં 'ઉર્ધ્વરેતા' શબ્દ આવે છે. ઉર્ધ્વરેતા એટલે જેનું રેતસ્-વીર્ય કદાપિ સ્ખલિત થયું નથી તે આદિત્ય બ્રહ્મચારીનું જીવન-બિન્દુ કદી પણ નીચેની તરફ જતું નથી, તે હમેશાં મસ્તિષ્કની તરફ જ જાય છે. એવા બ્રહ્મચારીનો આત્મા હંમેશાં પરમાત્મામાં વિચરતો હોય છે. એવો બ્રહ્મચારી પોતાના જીવન-બિન્દુને સર્વદા આધ્યાત્મિકતાના કેન્દ્રસ્થાન મસ્તિષ્ક તરફ જ વહેવડાવે છે.

બાલકમાં કામ-વાસના અને કુસંસ્કારનું પરિણામ.

પરન્તુ બીજી તરફ એ જ માનસિકશક્તિનો ઉપયોગ જો કામવાસનાને ઉત્તેજીત કરવામાં થાય છે, તો કામવાસના ભભુકી ઉઠે છે. એટલે સુધી તે ભભુકે છે કે માણસ કામવાસનામય બની જાય છે. એક નાના છોકરામાં જ્યારે કામવૃત્તિ એ પ્રમાણે જાગૃત થાય છે, ત્યારે એ બાલક કરંડીઆમાં જલદી પકવવામાં આવતા ફળની માફક જલદી પાકી જાય છે; ધીમે ધીમે પ્રદીપ્ત થનાર પ્રેમના દીવામાં એકદમ આગનો ભડકો ઉઠે છે; પ્રેમનો મીઠો સ્વાદ કામવાસનાના અતિ તીખા સ્વાદમાં પલટાઈ જાય છે; અને નાની ઉમ્મરમાં જ એ બાલક મોટાઓના જેવી વાતો કરવા લાગે છે.

માતાપિતા બાલકની એ બુદ્ધિકુશલતા પર અચરજ પામે છે. પરન્તુ તેઓ સમજતા નથી કે છોકરો એટલી નાની ઉમ્મરમાં શાણો કેમ બની ગયો. તેમને ખબર ક્યાંથી હોય કે એ શાણપણ માટે તો છોકરે ક્યારનોય ગુરુ ધારી લીધો છે, ગલીઓમાં ભટકીને એ ગુરુઓ પાસેથી હંમેશ જ્ઞાનદીક્ષા લઇ રહ્યો છે. કેટલીક બાબતમાં તે વખતે છોકરો અસાધારણ

ઉત્સાહ બતાવે છે, અને કેટલીક બાબતમાં કોણ જાણે કેમ શરમાય છે. તે વખતે જો એ બાલકના મસ્તિષ્કની અંદર પ્રવેશ કરીને જોવામાં આવે તો માલમ પડશે, કે તે બાલક કયા રહસ્યોની ગુંચ ઉકેલવામાં દિવસરાત એક કરી રહ્યો છે. એ બાલકના મનની સંપૂર્ણ શક્તિ તે વખતે કામવાસનાના સંસ્કારોને જાગ્રત્ કરી તેમાં ખેલ્યા કરે છે. તેનું નાનું મગજ કે જે ધીમે ધીમે પચ્ચીસ વર્ષની ઉમ્મર સુધીમાં ખીલવું જોઇએ, તે તેની નાની ઉમ્મરમાં ઘણી ઝડપથી ખીલવા માંડેલું હોય છે. તે સમયે તેનો વિદ્યાભ્યાસ ઓછો હોવાને લીધે તે ગંદી વાર્તા ને બીજા એવા ગંદા સાહિત્યથી અમુક અંશે જરૂર મુક્ત રહે છે, પરન્તુ તેના ગંદા સોબતીઓમાંથી તેને બચાવનાર તે વખતે કોઇ હોતું નથી. જે વખતે એવા બાલકનું મસ્તિષ્ક ગંદા સંસ્કારોમાંથી પોષણ મેળવતું હોય છે, તે વખતે કેમ જાણે તે ઓછું હોય તેમ ભારે મસાલેદાર ખોરાકો ખાવા, ચા-કૉફીનું સેવન કરવું નાટક-સિનેમાનાં ઉત્તેજક દૃશ્ય જોવાં, એ વગેરે બીજી બાબતો સમાજમાં ઉછરતા એ બાલકના કામાગ્નિને પ્રજ્વલિત કરવાને ઘીની આહુતિનું કામ બજાવે છે.

માણસનું બાલજીવન પૂરૂં થયું ન થયું, અને કિશોર અવસ્થાના વસંતમય જીવનની કળીઓ ફૂટવાની જ્યાં હજી શરૂઆત માત્ર થાય છે, ત્યાં તો કોઇ પિશાચ આવી પહોંચીને એ સુંદર છોડવાને જડમાંથી ઉખેડી નાખે છે. એ પિશાચ એ ઉજ્જવલ દિવસની રાહ પણ જોતો નથી, કે જ્યારે એ બાલછોડવાઓ મોટા થાય, તેમાં પુષ્પો આવે, એ આખો બગીચો સ્વર્ગીય સુગંધથી મ્હેકી ઉઠે, અને એના વિધવિધ રંગોથી એ પરમ શોભાયમાન બને.

પરન્તુ હા, અફસોસ ! એ છોડવાની રક્ષા કરનાર કોઈ માળી નથી જોવામાં આવતો. માળી છે પણ તે એવા છે, કે તે એ છોડવાના સ્વાભાવિક વિકાસને નથી દેખી શકતા. એને જડમાંથી ખેંચીને તેઓ એકદમ મોટો કરવા ચાહે છે. તેની કળીઓને પોતાના કઠોર હાથથી ખોલીને તેને ખીલવવા ઇચ્છે છે. પરન્તુ તેનું પરિણામ ? હા, તેનું ભયંકર પરિણામ ! એ છોડવાના તંતુ તૂટી જાય છે, તેની કળીઓ કરમાઈ જાય છે. બાલકનું યૌવન છિન્નભિન્ન થઈ જાય છે, અને સર્વનાશ આંખો ફાડીને તેના હૃદયને કંપાવે છે.

કુસંસ્કારોથી નાનું મગજ પોતાનું કામ ઝડપથી કરવા મંડી પડે છે. બાલક બાલ્યાવસ્થામાંથી જ મોટાઓ જેવી વાતો કરવા લાગે છે. જે બાલકો ‘ ગુપ્ત રહસ્યોની ’ અનુચિત્ત ચર્ચા કરતા રહે છે તેઓ જલદી શાણા બની જાય છે. ખાસ કરીને એવા છોકરાઓ જ હસ્તમૈથુન, વેશ્યાગમન, તથા એવા બીજા નિંદવા યોગ્ય કુકૃત્યોની સળગતી આગમાં સપડાય છે. પછી તો બાળલગ્ન પણ તેમના અશાન્ત મનને શાન્તિ પહોંચાડી શકતું નથી.

અરે, ઓ ભોળા ભલા માતાપિતાઓ ! ‘ ગુપ્તરહસ્ય ’ રૂપી રાક્ષસ તમારાં અસહાય સંતાનોનાં જીવનને હજમ કરી જાય છે, તેમને બચાવો. તમે તમારા

માતાપિતાઓને.

બાલકને નાની ઉમ્મરમાં જ મોટાઓના જેવા શાણા જોઈ રાજી થાઓ છો, બાર–પંદર વર્ષની ઉમ્મરમાં જ પચ્ચીસ વર્ષના આદમીની માફક વાતો કરતો જોઇ તમે દીલમાં ફૂલ્યા નથી સમાતા, પરન્તુ યાદ રાખો, એ તમારી મૂર્ખતા છે. તમારા સુકુમાર

બાલકની આંખોની પાછળથી જોનારો માણસ એ માણસ નથી પણ રાક્ષસ છે. કાચાં ફળને અકાળે પકવી નાખી તેને સ્વાહા કરી જનાર એ રાક્ષસ છે. તમારાં સંતાનોને તેનાથી સંભાળજો.

હું ચાહું છું કે આ પુસ્તક દરેક બાલકના હાથમાં પહોંચે, હું એક એક અક્ષર એ ભાવનાથી લખું છું, કે જેથી બાલકોને પોતાના કંટકમય માર્ગમાંથી પસાર થવાને એક નિષ્કંટક કેડી બનાવી લેવાનું સાહસ પ્રાપ્ત થાય. અંધકારમાં પણ પોતાને માટે પ્રકાશ પેદા કરી લેવાની શક્તિ તેઓમાં આવે, મારા હૃદયમાં એટલી પ્રબલ આકાંક્ષા છે કે દરેક વખતે કોઇ નહિ ને કોઇ બાલકના હાથમાં આ પુસ્તક અવશ્ય હોય.

અરે, ઓ બાલક! આ બાબતનો તારા જીવન સાથે ઘનિષ્ટ સંબંધ છે. આ વાત તારા જીવનને પરમ ઉપયોગી છે. સાંભળ, સાંભળ, જો તું તારા જીવનને સંભાળવા ચાહતો હો, તો સાંભળ.

ઉપર લખવા પ્રમાણે તું અને તારા જેવા બીજા કેટલાય બાળપણમાં બીજાઓની દોસ્તીમાં ફસાઇ જાય છે. કમનસીબે

અરે, ઓ બાલક! સાવધાન! તું સાંભળ.

એ મિત્રતા એવે વખતે થાય છે, કે જ્યારે જીવનના તોફાની ભાગમાંથી તું પસાર થતો હોય છે. એ તોફાની ભાગ તે તારી કુમાર અવસ્થા છે. એ વખતે કામવાસનાને ધીરે ધીરે જાગ્રત થતી જતી હોય છે, પ્રિય બાલક! જીવનનો આ ભાગ ઘણો સોહામણો હોય છે; પણ તેની સાથે જ તે ઘણો જોખમભરેલો પણ હોય છે. એ વખતે અનેક બાલકો પોતાનાં ચરિત્રને ભ્રષ્ટ કરે એવી વાતો જીવનમાં પહેલી જ વાર શીખવા લાગે છે.

એનો વિચાર કરતાં હૃદયમાં ભારે દુઃખ થાય છે. ખરેખર, એ વખતે નિર્દોષતાના–પવિત્રતાના–મ્હોંપર કાળા કાજળનો હાથ ફેરવાય છે. એક વખતના કોમલ–સરલ–આત્માઓ પછી કુટિલ, પાપી, અને સાપ સમાન ઝેરી બની જાય છે. સુંદર અને ભોળા બાલકો ગંદા માણસના આવરણમાં આવતાં શયતાન સમા બની જાય છે. નિર્દોષ બાલકોને–એ ફિરસ્તાઓને–શયતાનમાં પલટો ખાતા જોઈ હૃદયમાંથી દુઃખની ગરમ 'આહ' નીકળે છે, અને આંખોમાંથી આંસુ સરે છે, દીલમાં દુઃખ અતિશય એટલા માટે થાય છે, કે એ પતિત થતા આત્માને સમાજ ઉલટા ધક્કા મારી જલદી પતિત કરવાની કોશીશ કરે છે; તેને બચાવી લેનાર કોઇ નથી મળતું. તે એટલે સુધી પતિત થાય છે, કે પાછું તેમાંથી બેઠા થવું તેને માટે અસંભવ જેવું થઇ જાય છે. આવી રીતે દુશ્ચરિત્રતા અને પાપના કાદવમાં જે ઉંડા ઉંડા ઉતરતા જાય છે, તેમની અવસ્થાપર તમે કોઈક વખત તો વિચાર કરો. 'સદાચાર' શબ્દ તેમના શબ્દકોષમાંથી જતો રહે છે. તે પોતાની ભૂલનો, માતાપિતાઓની બેદરકારીનો, અને સોબતીઓની ભયંકર દુષ્ટતાનો શિકાર બની જાય છે, એક સમય એવો આવે છે, કે એ પાપ પછી તેની મર્યાદાની અંદર રહેતું નથી. તે મર્યાદા મૂકીને બહાર જાય છે. પોતાનો સર્વનાશ કરીને પછી તે બીજા શિકારની શોધમાં નીકળી પડે છે. એ શિકારી જાળ પાથરે છે. ભોળાં હરણ, સસલાં તેમાં ફસાઇ જાય છે. વિશ્વનું સંચાલન કરનાર પ્રભુનું શાસન પછી તેને દેખાતું નથી. તે પ્રભુના એક એક નિયમને તુચ્છ સમજીને ઠોકરે ઉડાવે છે.

પરન્તુ એ બધું ક્યાં સુધી? દૈવી કોપ એ અભાગી પર

આખરે ઉતરે છે; ને તેનો નિશો ઉતારી નાખે છે. તેના એ એવડા પાપને માટે તેને એવી સખ્ત સજા કરવામાં આવે છે, કે જેથી એ પાપના મનસુબા ઘડનાર પાપી સ્તબ્ધ થઇ જાય છે, પોતાનાં કદમ પાછા હઠાવે છે.

અને એ એવડું પાપ! હા! એવડું પાપ! એક તો તેણે પોતાના જીવનને નષ્ટ કરી નાખ્યું છે તે પાપ, અને બીજું તેણે ભોળા નિર્દોષ બીજા આત્માઓને પોતાની પાશવિક કામવાસનાની તૃપ્તિનું સાધન બનાવ્યું છે તે પાપ.

દુષ્ટ શિકારીને.

અરે, ઓ નરપિશાચ! તને થયું શું? ઉભો રહે, ઉભો રહે. એક પવિત્ર જીવન પર તારો કાદવથી ખરડાએલો હાથ ફેરવવાથી તું આઘો રહે, નિર્દોષ અને સચ્ચરિત્રતાના ચહેરાને તારો ગંદો હાથ લગાડી તું દૂષિત ના કર. અરે, ઓ ક્રૂર વીંછી! તારૂં જીવન નિઃસંદેહ કુટિલ છે. તારા ઝેરી ડંખની અસહ્ય પીડાથી તારો શિકાર ત્રાસ પામે છે. પરન્તુ યાદ રાખ, એક નિર્દોષ આત્માને ડંખવાનું પાપ બદલો લીધા વિના નહિ જાય. એક ક્ષણના તારા મન બહલાવને માટે તું તારા જીવનને જોખમમાં શા માટે નાખે છે? ઉભો રહે, ઉભો રહે! એક એવી વ્યક્તિ, કે જેણે તારૂં કશું પણ બગાડયું નથી તેને ડંખતા પહેલાં જરા વિચાર કરી લે. નહિ વિચાર કરીશ, તો તારો શિકાર તો કેટલોક વખત તેનું ભોગવીને–રડીને–સારો થઈ જશે, પરંતુ યાદ રાખજે, કુદરત તને તો કચરી જ નાખશે. તારા પોતાના જીવનની તું રક્ષા કર, અને એ નિર્દોષ આત્માની પણ રક્ષા કર, કે જેને તું તારા કામાગ્નિનું પતંગીઉં બનાવી ભસ્મ કરી નાખવા ચાહે છે.

પરન્તુ સમ્ભવ છે, કે આ લીટીઓનો વાંચનાર કદાચ

'શિકારી' ન હોય પણ 'શિકાર' હોય, ફસાવનાર ન હોય પણ ફસાએલો હોય.

તો અરે, ઓ ભોળા બાળક! તું સાવધાન થઇ જા. તારા સુંદર શરીર રૂપી ધનને લુટારાથી લુંટાઇ જતું તું બચાવ.

ભોળા શિકારને.

તારા ગુલાબી મુખ, તારી ચળકતી આંખો, તારી ગૌરવર્ણી ચામડી, અને તારી સ્વાભાવિક ચંચળતા તરફ તારા પાપી દુશ્મન ઉડતા ફરે છે. આ વાત સાચી છે, તેને છુપાવવાની જરૂર નથી. પરમાત્માએ ઉદારતાથી જે સુંદરતાનું આભૂષણ તને પહેરાવ્યું છે, તેની ચોરી કરવાને તારી આસપાસ બદમાસ લુટારા ફર્યા કરે છે. અરે, ઓ ભોળા શિકાર! તું તારી પોતાની દયા ખા, એ લુટારાની જાળમાં ફસાતો નહિ. શિકારી તને ફસાવવાને તારા તરફ બનાવટી પ્રેમનો ટુકડો ફેંકે છે, પરન્તુ જોજે, તું લલચાતો નહિ—સપડાતો નહિ, મને એ લૂંટી લેશે. હા, એમાં સંદેહ નથી, કે એ પાપી પોતાના જાનને જોખમમાં મૂકે છે, પોતાની જીવનનૌકાને ખડક તરફ લઈ જાય છે, પરન્તુ યાદ રાખ, તારો તો સર્વનાશ જ લખાઇ ચૂકેલો છે. જે વખતે તારૂં ધન તારી પાસે છે, તે વખતે તું તેનું બરાબર રક્ષણ કર; કેમકે એ એવું ધન છે, કે જો એકવાર એ લુંટાયું, તો પછી તારે ભીખ માગે જ છૂટકો છે.

જ્યાં સુધી છોકરાઓ વાંચવા–લખવાનું શીખ્યા નથી હોતા, ત્યાં સુધી તેઓ બીજી રીતે ખરાબ થયા કરે છે,

નવયૌવનનો ઉન્માદ.

પરન્તુ જ્યારે વાંચતાં–લખતાં શીખે છે, ત્યારે તેઓ ખરાબ વાતો લખતાં શીખી જાય છે. તેઓ કાગળો લખે છે, અને એ બેહૂદા પત્રોને 'પ્રેમપત્ર' તરીકે ઓળખાવે

છે. સમ્ભવત: આ આજની દૂષિત શિક્ષાપ્રણાલીનું એક પરિણામ છે.

જ્યાં સુધી બાલક બરાબર રીતે વાંચવા–લખવાનું શીખ્યો નથી હોતો, ત્યાં સુધી તેના જીવનનો એ ભાગ સુપ્ત દશામાં રહે છે. પરન્તુ શબ્દજ્ઞાન થતાં જ તેમને પોતાના મનોભાવ પ્રકટ કરવાનો એક નવો રસ્તો જડી આવે છે. બાર–તેર વર્ષની નાની ઉમ્મરમાં જ છોકરાઓને એવી જાતના અનુચિત પત્રો લખવાની પ્રવૃત્તિમાં પડેલા જોવામાં આવ્યા છે. સોળથી પચ્ચીસ વર્ષની ઉમ્મરની અંદર એ પ્રવૃત્તિ તેના શિખરે પહોંચે છે. તે વખતે દરેક વ્યક્તિ પછી ભલે એ ગમે તેટલી ફીક્કી કેમ ન દેખાતી હોય, રસીલી બની જાય છે; અને આખા વિશ્વને પોતાના હૃદયસંગીતથી ભરી દેવાનું ચાહે છે. નવયૌવનના ઉન્માદમાં તે મત્ત બની જાય છે. તેના શ્વાસે–શ્વાસે પ્રેમભર્યા પત્ર, અને પ્રેમરસભીની કવિતાઓ નીકળે છે.

એક તરફ હૃદયમાં જ્યારે આ પ્રમાણે પ્રેમભાવનાના પૂર ચઢતા હોય છે, ત્યારે બીજી તરફ એ જ સમય યુવકના ચરિત્ર–નિર્માણનો હોય છે. જો તે વખતે માણસના ભાવોને અંકુશમાં રાખવામાં આવે, તેને સન્માર્ગ બતાવવામાં આવે, તો માણસ કઇ સ્થિતિમાંથી કઇ સ્થિતિમાં આવી જાય ! એ સમયે ઘડાતા ચરિત્રને એવું વલણ આપી શકાય છે, કે જેથી તે એક કવિ, ચિત્રકાર, સાહિત્યભક્ત, વૈજ્ઞાનિક, કે દાર્શનિક જે કાંઇ ચાહે તે બની શકે છે. પરન્તુ એ સુઅવસરમાંથી લાભ ઉઠાવનારા કેટલા છે, અને કયાં છે ? જે સમયે મસ્તિષ્ક પર મનમાની છાપ મારી શકાય છે, તે અપૂર્વ સમય આપણામાંના બધાની પાસે–એકેકે એકની પાસે જરૂર આવે છે. જોઇએ તો તે

વખતે તેનો તિરસ્કાર થાય, કે સત્કાર થાય. પરન્તુ આવે છે જીવનમાં તે ફક્ત એક જ વખત. કૉલેજોમાં ભણનાર કેટલાય વિદ્યાર્થી એવી ફરિઆદ કર્યા કરે છે, કે 'જ્યારે અમે સ્કૂલમાં હતા ત્યારે જેટલા તેજ હતા—ચાલાક હતા—તેટલા હવે નથી.' વાત સાચી છે. તેઓ એવા તેજ હોઇ શકે પણ ક્યાંથી? કારણ કે તેઓએ એક સુવર્ણમય સમયને પોતાના હાથમાંથી ખોઇ નાખ્યો છે. જો તેઓએ સમયનો સદુપયોગ કર્યો હોત, તો તેઓ એનો મોટો ભાગ પ્રેમપત્રો અને પ્રેમકવિતાઓ લખવામાં ન ગુમાવત. જે કલાકો તેમણે પ્રેમકવિતાની લીટીઓને મનની અંદર રટવામાં ગુમાવ્યા અને જે કલાકો તેમણે કાલ્પનિક હવાઇ વાતોને સાચી સમજી તેની પાછળ દોડવામાં ગુમાવ્યા, એ કલાકોમાં તેમની મનઃશક્તિનો વિકાસ નહિ પણ ઉલટો હ્રાસ થયો છે, એની એ વિદ્યાર્થીઓને ખબર નથી. જે શક્તિ તેમણે પોતાનાં કલ્પના—પુષ્પોને તોડી તોડીને પ્રેમપત્રના એક એક શબ્દને શણગારવામાં વ્યય કરી છે, તેથી તેમની શારીરિક વૃદ્ધિ થતી અટકી પડી છે અને તેમના મન તથા આત્માનો વિકાસ પણ બંધ પડી ગયો છે એટલું એ વિદ્યાર્થીઓને જ્ઞાન નથી. કિસ્સા—કહાણીઓમાં આલેખાએલું જીવન ઘણું મીઠું લાગે છે, અને એને જ્યારે કલ્પનાના રંગથી ચીતરવામાં આવે છે, ત્યારે તો તે તેથી પણ વિશેષ મોહક લાગે છે. પરન્તુ કલ્પના, સ્વપ્ન, ચિત્ર અને શબ્દોમાં દેખાતું જીવન એ વાસ્તવિક જીવન નથી. નવયુવાનો મોટે ભાગે તેમના કલ્પિત સ્વર્ગલોકમાં જ વિહાર કરે છે. અચાનક કોઇ દિવસ તેમનું કલ્પનાનું એ જાદુ ઉતરી જાય છે, અને પોતે એક નીરસ મૃત્યુલોકમાં આવી ઉભા રહે છે,

કે જ્યાં પોતાના જ જેવા અનેક ભગ્નસ્વપ્ન જીવો ચારે તરફ તેમને દેખાય છે. રાત્રિની શાન્ત મોહનિદ્રામાં ભયંકર ચેતવણીનો અવાજ પછી તેમને સંભળાવા લાગે છે, કે જે અવાજ આત્માના અંતર્ પ્રદેશમાંથી પહેલાં પણ હંમેશ નીકળતો હતો, પરન્તુ કાન પર તે વખતે તે સંભળાતો ન હતો.

પ્રેમની સંજીવની શક્તિ વિના જીવાય જ કેમ ?

પરન્તુ શું આ બધું લખવાનો મારો અભિપ્રાય એ છે કે હું પ્રેમની કળીઓને તેના પ્રથમ વિકાસમાં જ ચીમળાવી દેવા ચાહું છું? જે પ્રેમ આ દુઃખમય સંસારમાં કોઈ પણ દર્દભર્યા દીલની આગ બુઝાવવાનું સામર્થ્ય ધરાવે છે, તે પ્રેમને તેના ઉગતા સ્વરૂપમાં જ દેશવટો આપી દેવાનો ઉપદેશ આપવા હું શું બેઠો છું? શું મારા કહેવાનું તાત્પર્ય એ છે કે હૃદયમાં ઉઠતી પ્રેમની જ્વાલાને સંસારમાં અસારતાના વિચાર રૂપી જલથી છાંટી ઠારી નાખવામાં આવે? નહિ, નહિ, કદાપિ નહિ. હું એ બરાબર સમજું છું, કે પ્રેમ એ જ જીવન છે, પ્રેમ એ જ હાલતા-ચાલતા માણસની સંજીવની શક્તિ છે, અને પ્રેમ એ જ સમગ્ર વિશ્વની સ્થિતિનું કારણ છે. પ્રેમ વિના તો હૃદયના ટૂકડે ટૂકડા થઇ જાય, નીરસતાને લીધે આત્મા જડ બની જાય, અને અવિરત ચાલી રહેલું આ બધું વિશ્વસંગીત એકદમ સ્તબ્ધ થઈ જાય. પ્રેમ એ જ સૃષ્ટિના આદિમાં પ્રથમ અણુની અંદર ઉત્પાદનની અદમ્ય શક્તિનો સંચાર કરે છે. પ્રેમ એ જ જીવન છે-જીવનનું પણ જીવન છે.

કલકત્તાની હોસ્પિટલમાં એક બેહોશ બનેલી સ્રીને લાવવામાં આવી. તેનું ચાર વર્ષનું એક બાલક ગૂમ થઇ ગયું હતું. તો

તેને ખોળતી ખોળતી એક રેલ્વેની સડક પસાર કરી રહી હતી. પણ એટલામાં જ દોડી આવતી ટ્રેઈનના એંજિનનો ધક્કો ખાઇ તે પડી ગઈ અને બેહોશ બની ગઇ. તેની નાડી બંધ થઇ ગઈ હતી, હૃદય ચાલતું ન હતું, પરન્તુ તેમ છતાં પણ તેના ખોવાએલા બચ્ચાની શોધમાં ને શોધમાં એ બેહોશ દશામાં પણ તેની આંખો આકુલવ્યાકુલ માલૂમ પડતી હતી. ડૉકટરોએ અભિપ્રાય આપ્યો કે સ્ત્રીનું હૃદય બંધ છે–નાડી બંધ છે, તેમ છતાં પણ બચ્ચાના પ્રેમથી તે જીવે છે. થોડા જ વખતમાં તેના હૃદયમાં ફરીથી ગતિ પેદા થઈ. પ્રેમશક્તિએ એક મરતીને મરવા ન દીધી, અને એક અટકી પડેલા હૃદયને નાડીની ખુલ્લી મૃત્યુદશામાં પણ એનું જીવન ટકાવી રાખ્યું. શું આ પ્રેમની વિરુદ્ધ મારા મુખથી એક શબ્દ પણ નીકળી શકે ખરો? હું સારી રીતે સમજી શકું છું કે યદિ પ્રેમ ન રહે, તો જીવન-સૂર્ય આથમવા જ માંડે.

કોમલહૃદયા માતા પોતાના સંતાનના મસ્તક પર કેવાં પ્રેમભર્યા ચુંબન કરે છે! એ દૈવી પ્રેમની વિરુદ્ધ એક અક્ષર પણ મ્હોંએથી કાઢવો ઘોર પાપ છે.

અલૌકિક માતૃ-પ્રેમ.

અહા! માતાનું ધ્યાન કેવા કેવા છૂપા-સૂઇ ગએલા પ્રિય સ્મરણોને જાગ્રત્ કરી દે છે! તેની પ્રેમમય ગોદમાં તેના કોમલ હાથની છાયા નીચે સૂઇને સ્વર્ગનાં ઝરણાં ઝરાવતી તેની આંખો તરફ જોતાં જોતાં આપણે કંઇ વર્ષ વીતાડયાં, તેના જ રક્ષણ નીચે આપણું પાલન થતું રહીને આપણે સંસારની તરફ એક અપૂર્વ કુતૂહલતાથી નજર માંડવી શરૂ કરી, કાંઇ થોડું-ઘણું શીખ્યા અને માણસ બન્યા. શું એ દિવ્ય પ્રેમ ભૂલાય એમ છે? નહિ, નહિ, કદી નહિ. માઇલોનાં અંતર તેમાં ન્યૂનતા

લાવી શકતાં નથી, અને સંશય એને મિટાવી શકતો નથી. પાપના કાદવમાં ઉતરી ગએલા, અથવા દુઃખના સમુદ્રમાં ડુબતા કોઇ પણ માણસને માતાની પ્રતિમાનું ધ્યાન ઉગારી શકે છે. એ અભાગીઆઓ કેટલા કૃતઘ્ન છે કે જેના દુરાચારોને નિહાળી તેને એક વખત ખોળામાં લઇ ધવડાવનારી જનનીની આંખો સંતાપનાં ઉનાં આંસુઓથી ભરાઇ જાય છે! એ માતાના ઇશ્વરીય પ્રેમને—તેના અલૌકિક મોહને—કોઈ પણ પ્રકારે શું છોડી શકાય એમ છે?

માતા તો માતા રહી, પણ ભાઇ પણ કેટલા પ્રેમી હોય છે! એનનો પ્રેમ પણ કેટલો મીઠો હોય છે! એ પ્રેમ નથી પણ અંતરિક્ષમાંથી ઉતરેલી પવિત્ર ગંગા છે.

બહેન—બંધુનો વિશુદ્ધ પ્રેમ.

જેની અંદર ભાઈ—ભાઇ, ભાઇ—બેન, એક બીજાને પરસ્પર નવડાવે છે. જો એ પ્રેમને વધારી વિકસિત કરવામાં આવે, તો તેનું વિશુદ્ધ સ્વરૂપ પ્રકટ થતું જાય છે. એટલે સુધી એ વિશુદ્ધ પ્રેમનો વિકાસ થાય છે, કે જ્યાં માણસ વિશ્વના સર્વ પ્રાણીઓને—પરમાત્માના સર્વ અમૃત પુત્રોને—એક પરિવાર જેવા ગણે છે, અરસ્પરસના ભેદ ભાવ ભૂલી જાય છે. એ શુદ્ધ પ્રેમનું સ્વરૂપ જેના હ્રદયમાં છે, તે ભાગ્યશાળી છે. જેના હ્રદયમાં એવો પ્રેમ નથી તેણે આજથી જ એ પ્રેમનાં બીજ હ્રદયમાં વેરવાનો નિશ્ચય કરી લેવો જોઇએ.

પતિપત્નીનો પ્રેમ પણ મનુષ્યને ઇશ્વરે આપેલી અનેક બક્ષીસોમાંની એક બક્ષીસ છે. એ બંને કોણ જાણે ક્યાંઇ જન્મ પામી, ઉછરી, અને આવી મળેલા હોય છે! એ બંને જીવનમાર્ગના સાથી—પ્રવાસી—છે. અરસ્પરસ એક બીજાના સહાયક છે. પોતપોતાના દોષ દૂર કરતા

પતિ—પત્નીનો સ્વર્ગીય પ્રેમ.

જાઇ, ત્રુટીઓને પૂરી કરતાં જઈ, જીવનયાત્રાને પ્રેમપૂર્વક નિભાવવી એ એમનું કર્તવ્ય છે. પતિપત્નીના પ્રેમની કામના જ્યારે અત્યંત ઉત્કટ થઇ જાય છે, ત્યારે તેઓ પરસ્પરની ભિન્નતાને મિટાવી દઈ બેને બદલે એકરૂપ થઈ જાય છે. તે વખતે એ બંનેના હૃદય-મિલનમાં પરમજ્યોતિ પરમાત્માનો પ્રકાશ તેમનાં અંધકાર-આવરણોને ભેદી ઉભયના આત્માને પ્રકાશિત કરી દે છે. એવો પ્રેમ એ પ્રભુની એક અણમૂલ બક્ષીસ છે.

પ્રેમ મિત્રતાના રૂપમાં પણ પ્રકટ થાય છે. જનસમાજમાં જુદી જુદી વ્યક્તિઓના સમાગમમાં આવી આપણા દીલમાં ભિન્ન ભિન્ન ભાવ ઉત્પન્ન થાય છે. કોઇને જોઇને ઘૃણા, કોઇને દેખીને આકર્ષણ, અને કોઇને જોતાં જ એ કેમ જાણે જન્મજન્માંતરોનો પરિચિત, આપણા જ પરિવારનું એક અંગ હોય, એવો ભાવ પ્રકટે છે.

શુદ્ધ મિત્ર-પ્રેમ કોનું નામ? સાચી મૈત્રી ક્યાં સંભવે છે?

જો તમારી મિત્રતાના પાયામાં એવો પ્રેમ હોય કે જેને એક આત્માની બીજા આત્મા તરફની પ્યાસ કહી શકાય, જેના વડે તમારા હૃદયમાં ઉમંગ-ઉત્સાહ ઉઠી ખડા થાય, જે તમને ધર્મ ને સચ્ચાઇના માર્ગ પર આગળ કદમ ભરવામાં પ્રેરણા આપી શકે, અને જે તમારાં પાપ તથા દુષ્પ્રવૃત્તિના અંધકારને ભગાડવામાં પ્રકાશ-કિરણ બની શકે, તો નિઃસંદેહ એ પ્રેમ એક એવો પ્રેમ છે, કે જે તમોને તમારા અંતિમ ધ્યેય તરફ જવામાં પરમ સહાયક થાય છે; એટલું જ નહિ પણ એ પ્રેમ તમોને તમારા એ પવિત્ર ધ્યેય તરફ હાથ ઝાલીને દોરી જાય છે. અરે, ઓ પ્રવાસી! તું એવા પ્રેમનો આશ્રય લઇને આગળ ધપ-આગળ ધપ, તારે જ્યાં જવું છે ત્યાં તને એ લઇ જશે.

સિસરો કહે છે, કે સાચી મૈત્રી એવાઓમાં જ સંભવી શકે છે, કે જેઓ સદાચારના પવિત્ર ભાવથી પ્રેરિત બની, પરસ્પરની ઇજ્જતને સમજતા રહી એક બીજાની તરફ ખેંચાય છે. સદાચાર એટલે એકલા શબ્દો નહિ, પરન્તુ ઉચ્ચ આદર્શને બને તેટલો—શકય તેટલો આચરણમાં ઉતારવો તે. એકલી વાતોનો આધાર પર પોતાને સદાચારી લેખવાનો કોઇને અધિકાર નથી.

અને સદાચારીઓની મૈત્રી! અહા! સાચી મૈત્રી તો એ સદાચારીઓમાં જ થાય છે. પવિત્રતાનું સૌન્દર્ય જેણે જોયું છે, તેણે જ સાચા સૌન્દર્યનાં દર્શન કર્યા છે. પવિત્રતા, સચ્ચાઇ, સાદાઇ, નિર્મલ ટેક, એમાં જ તો સૌંદર્ય છે.

રામ અને કૃષ્ણને કોણે જોયા છે; પરન્તુ આજ સદીઓ વીતી જવા છતાં પણ એવું કયું હિન્દુ—હૃદય છે, કે જે રામ—કૃષ્ણનાં નામ સાંભળતાં જ અભિમાનથી ફૂલી ઉઠતું નથી? તેમની જીવનકથાઓમાં વેરાએલી ઘટનાઓ કેટલી સુન્દર અને પ્રિય છે? શું એ પ્રેમ રામકૃષ્ણની મૂર્તિઓ સાથે છે? અરે, એમની મૂર્તિઓને કોણે જોઇ છે? વાસ્તવમાં સૌન્દર્યનું અવતરણ પવિત્રતા અને સદાચારના શરીરમાં થાય છે.

પ્રેમીહૃદયની ઉંડાઇ નથી કોઇએ માપી, અને નથી માપી શકાતી. પવિત્ર પ્રેમ તેના શરૂઆતના દિવસથી જ વધતો જાય છે. એમાં એક ક્ષણભરને માટે બનાવટને સ્થાન નથી. જે પ્રેમનો ઉદ્‌ગમ ઉંડાણમાંથી નથી—ઉપર ઉપરથી છે, તે પ્રેમનો પ્રવાહ કેટલો વખત ટકી શકે?

પ્રેમ એક સાચું મોતી છે. ઝવેરી જ તેની પરીક્ષા કરી શકે છે, પરન્તુ ખોટા મોતીનો પણ તે સાથે અહીંઆ ટોટો નથી.

'સ્વાર્થ' અને 'કામ' ને પ્રેમનું નામ આપી પોતાને અને દુનિયાને છેતરનારાઓની આ દુનિયામાં કમી નથી. લક્ષ્મી, સમૃદ્ધિ, અને ભાગ્યને દેખી કંઈ અનેક મિત્રો ફૂટી નીકળે છે.

ભાગ્યને આંગણે દોડતા મિત્રોને.

પરન્તુ પ્રેમના એા દિવાના ! ભગયને દેખી પ્રેમની માળા જપનાર એા પ્રેમી ! સાવધાન થઇ જા. 'પ્રેમ'–'પ્રેમ'નો જાપ જપતો તું 'ભાગ્ય' પાસે દોડી ન જા. કેમકે બુદ્ધિમાનો કહે છે, કે ભાગ્ય તો 'વેશ્યા' સમાન છે. હૃદયમાં પ્રેમનો છાંટો ન હોવા છતાં પણ વેશ્યા સર્વ પ્રેમીઓને આલિંગન આપે છે, અને બીજી જ પળે તે બધાને ભૂલી જતા પણ વાર નથી લગાડતી, તે જ પ્રમાણે પ્રેમના એા પાગલ ! 'ભાગ્ય'ની મિત્રતાનો ભરોસો તું ના કર. એ આજ તને પ્રેમથી ભેટશે, અને કાલે સાવ ભૂલી પણ જશે. 'ભાગ્ય' એ વેશ્યાના ભાવોની માફક નવા નવા રૂપ બદલે છે. વળી એ ક્ષણિક છે, અને સાથે અંધ પણ છે. ભાગ્યવાનો—લક્ષ્મીવાનો—મોટે ભાગે છતી આંખે અંધ જેવા હોય છે.

અને ભાગ્યના એા લાડકા પુત્ર ! તું તારી આંખો ખોલ. તારૂં ભાગ્ય તો આજ છે ને કાલ નથી. તું એવા મિત્રોને ખોળ, કે જે તારા ભાગ્યને નહિ પણ તને પોતાને ચાહતા હોય. તું એવા સ્નેહીઓને શોધ, કે જે તારી મુશ્કેલીઓ ને આપત્તિમાં તારી પડખે ઉભા રહે.

ભાગ્યના લાડકા પુત્રને.

તું એવા સ્નેહીઓને સ્નેહી સમજ, કે જે તારા દુઃખે દીલમાં દુખાતા હોય. એ જ તારા સાચા મિત્રો છે—એ જ ખરા સ્નેહીઓ છે; પછી ભલે એ સ્નેહીઓ તારા જેવા ધની હોય કે ધન રહિત હોય. તું યાદ રાખ, તારી આસપાસ ખુશામતના જે ટટ્ટુઓ

ભેગા થયા છે—તને ઘેરી રહ્યા છે, એ તારા મિત્રો નથી. એ મિત્રો છે, તો તારી દોલતના છે—તારા તો એ દુશ્મનો છે.

અહા ! શબ્દોનો કેટલો છળ કરવામાં આવે છે ! સ્વાર્થી પણ 'પ્રેમી' કહેવાય છે ! અને કામી પણ પોતાને 'પ્રેમી' કહેવડાવવાનું ચાહે છે. અરે, બાલક !

'પ્રેમ'ની મશ્કરી. તારો પ્રેમી તારા શરીર-સૌન્દર્યને ખાતર તો તારી સાથે ફર્યા કરતો નથીને ? એ પ્રેમ શું એક પિશાચ-વૃત્તિ નથી ? શું એ પ્રેમના પોશાકની નીચે કોઈ પાપી મનોભાવ તો કામ નથી કરી રહ્યો ? જો ખરેખર એમ જ છે—અને મોટે ભાગે એમ જ બને છે, તો ઓ બાલક ! અત્યાર સુધી જે કંઇ કહેવામાં આવ્યું છે, તે દરેક દરેક વાતની તું ગાંસડી બાંધી લે. એવી મિત્રતા તમને બંનેને ખાડામાં નાખશે. જ્યારે એ દોસ્તી ખતમ થશે—અને જ્યારે તારા શરીર પર સત્ત્વ નહિ રહે, ત્યારે એ જરૂર જ ખતમ થશે, તે વખતે તારા પાયમાલ ચહેરાને શરમના માર્યા દર્પણમાં જોવાની પણ તારામાં હિંમત નહિ રહે. જો પાપી કામવાસનાને 'પ્રેમ'નું નામ આપી ઉગતા કિશોર વયના બાળકોનો શિકાર કરનારા પાખંડી કામી નરપિશાચો પવિત્રમાં પવિત્ર પ્રેમભાવની હાંસી ન કરતા હોત—તેને ઠોકરે ન મારતા હોત—તો મિત્રતાના સંબંધમાં આટલું બધું લખવાની જરૂર ન પડત. સદાચારના ક્ષેત્રમાં 'માફી' શબ્દનો કશો અર્થ જ નથી; અને જ્યાં મિત્રતાનો પ્રશ્ન છે, ત્યાં તો આચાર-શિથિલતા માટે કોઈ પણ પ્રકારની માફી હોતી જ નથી. એવી આચાર-શિથિલતા, એટલે જ કામભાવને 'પ્રેમ'નું નામ આપવાનો પ્રયત્ન કરવો તે; અને એવો પ્રયત્ન કરવો એ પવિત્ર મનોભાવની સાથે અન્યાય અને અત્યાચાર કરવા સમાન છે.

પ્રેમની રક્ષા કરો.

ખરી અને ખોટી મિત્રતાનો ભેદ પારખતા શીખો. ખુશામતીઆ અને કામી એ બંને ગટરના કીડા સમાન છે; અને એવાઓથી શું પ્રેમ ?! એવાને તમારી પાસે પણ આવવા ન દો. દૂરથી જ નમસ્કાર કરો. યદિ એક વખત પણ તમે ઠગાયા તો યાદ રાખજો, કે પવિત્રતા ને સૌન્દર્યના ઉચ્ચ શિખર પરથી એવી ખરાબ રીતે પછડાશો, કે પાપ અને ભયંકર દુઃખના ખાડામાં પડી તમે છિન્નભિન્ન થઇ જશો. એવા ઠગારાઓથી સાવધાન રહેજો; અને યાદ રાખો કે સાચો દુશ્મન જેટલું નુકશાન નથી કરતો, તેથી ઘણું વધારે નુકસાન એવા ગંગા–જમની ભાઇબંધો કરે છે, કે જેઓ સ્વાર્થને સાથે રાખીને જ દોસ્તી કરવા નીકળેલા હોય છે.

આ પ્રકરણને સમાપ્ત કરતાં પહેલાં હું ફરીવાર કહી દેવા ચાહું છું, કે ‘ પ્રેમ ’ ની જે અમૂલ્ય બક્ષીસ પરમાત્માએ સર્વને આપી છે, તેને સંભાળપૂર્વક રાખવી એ દરેકનું પરમ કર્તવ્ય છે. મૈત્રીના પ્રેમમય ભાવને આત્મિક જગત્‌માંથી હાંકી કાઢવો, એ આ ભૌતિક જગત્‌માંથી સૂર્યને બુઝાવી દેવા સમાન છે. એ બન્નેનું–સૂર્ય અને પ્રેમનું–પોતપોતાના જગત્‌માં એક સરખું સ્થાન છે; અને એ બંને જ માનવ–સમાજને માટે જ્યોતિનાં ઉદ્‌ગમસ્થાન છે. ફરી વાર પણ સદા, સર્વત્ર એ સ્મરણમાં રાખવું જોઇએ, કે સાચી મૈત્રી ફક્ત સદાચારીઓમાં જ હોઇ શકે છે–દુરાચારીઓમાં નહિ.

અને એને માટે ઓ પ્રેમપુષ્પના માળી! તું સદાચારનાં બીજને તારા હૃદયની ઉત્કૃષ્ટ ભૂમિમાં વાવી દે. તેના મૂળમાં સચ્ચાઇ–પવિત્રતા આદિનું જળસિંચન કરી એ સદાચારના

ઉગતા છોડવાને મજબુત બનાવ. એ છોડને તું વધવા દેજે–ઉતાવળ ન કરીશ. વસન્તના યૌવનથી તેને અલંકૃત થવા દે, તેના પર જાતજાતની નાની નાની દેવવનની કળીઓ લાગવા દે, એ કળીઓને પણ વધવા દે–ખીલવા દે, એમાંથી મૈત્રીના પૂર્ણવિકાસના સ્વર્ગીય પુષ્પો બનશે.

પરન્તુ અય યુવક ! એ ખીલતી કળીઓને તોડવાને માટે તારો ક્રૂર હાથ મા લંબાવ. લજ્જા, ભય, અને સંદેહના કાંટાની વાડથી એ છોડ રક્ષાએલો છે. એ વાડને તોડી તું કળીઓને ચૂંટી ન લે, જે વસ્તુને તું બનાવી શકતો નથી તેને બગાડવાની ઈચ્છા તું ના કર.

પ્રકરણ ૩ જું.

પ્રજનન–ક્રિયા.

જીવનની બધી ક્રિયાને મુખ્ય બે ભાગમાં વહેંચી શકાય છે. ૧–શરીરપોષણ અને ૨–પ્રજનન.

શરીરપોષણની ક્રિયા એક સ્વાર્થમય ક્રિયા છે. ખાઈ–પીને પોતાની ઉન્નતિ કરવાથી જ જીવન–શક્તિ બંધાય છે. જ્યાં જ્યાં જીવન છે, ત્યાં ત્યાં આ (શરીર–પોષણનો) સ્વાર્થ જોવામાં આવે જ છે. દૂર જંગલના એક ખૂણામાં ઉભેલો છોડવો હવા, પાણી, અને પૃથ્વીમાંથી પોતાના જીવન માટે જરૂરની પ્રાણ-શક્તિ ખેંચ્યા કરે છે. દિન પ્રતિદિન તે વધતો જાય છે–તેમાં શાખાઓ ફૂટે છે. વધતો વધતો તે એક વૃક્ષ બને છે.

જીવિત રહેવાને પ્રાણીમાત્રનો જીવન–સંગ્રામ.

પ્રાતઃકાલે પક્ષીઓ પોતાના માળામાંથી બહાર નીકળે છે. આકાશમાં કંઈ માઇલો સુધી દૂર પહોંચે છે, અને સાંજે પાછા ફરે છે. વળી બીજે દિવસે પ્રભાતમાં પાછા ચણ ગોતવાને

નીકળવાની તૈયારી કરે છે. એ જ જીવનચક્રમાં તેમનું આખું આયુષ્ય પૂરૂં થઇ જાય છે.

જંગલના પશુઓ ખોરાક-પાણીની શોધમાં દરરોજ નીકળી પડે છે. જ્યાં તેમને એ ખોરાક-પાણીની જગા મળી આવે છે ત્યાં તેઓ વિસામો કરે છે.

માણસ પણ બાલ્યાવસ્થાથી માંડીને વૃદ્ધાવસ્થા પર્યંત પેટનો ખાડો પૂરવાના અને શરીર ઢાંકવાના અઘરા પ્રશ્નને ઉકેલવાને જ પરસેવો ઉતારે છે. આ પ્રમાણે એકેકે એક જીવિત વસ્તુ પોતાના જીવનને નષ્ટ થતું બચાવવાને મૃત્યુપર્યંત જીવનસંગ્રામ ખેડે છે.

પરન્તુ આ ખેંચાખેંચ ક્યાં સુધી ચાલે છે ? છેવટે મરવાનું તો દરેકને આવે છે. વ્યક્તિગત જીવન ત્યાં સુધી જ છે, કે જ્યાં સુધી

પ્રાણીઓનો પરાજય અને મૃત્યુનો વિજય.

જીવિત પ્રાણી જીવનની પરિવર્તનશીલ ભિન્ન ભિન્ન પરિસ્થિતિઓ પર વિજય પ્રાપ્ત કરી શકે છે. જ્યાં સુધી જીવનનો પૂર્ણ વિકાસ નથી થતો, ત્યાં સુધી વ્યક્તિને જીવિત રહેવાને માટે-પોતાના શારીરિક પોષણને માટે, એવી અવસ્થાઓની સામે લડવું પડે છે, કે જે અવસ્થા જીવનની સતત ધારાને રોકનારી છે-તેને સુકાવી નાખનારી છે. પરન્તુ એ સ્થિતિ પણ ક્યાં સુધી રહી શકે છે ? આખરે સમય આવે છે કે જ્યારે ચોતરફ પરિસ્થિતિ-ઓની સાથે-જીવિત સંબંધ અખંડ ટકાવી રાખવો અસંભવ થઇ જાય છે-મનુષ્ય વૃદ્ધ બની જાય છે. પરિસ્થિતિઓની સાથે સંબંધ રહેવો એનું જ નામ જીવન, અને તેમની સાથે સંબંધ તૂટવો એનું જ નામ મૃત્યુ. એ અવસ્થામાં શરીર-પોષણની સ્વાર્થમય ક્રિયા સમાપ્ત થઇ જાય છે-મૃત્યુનો વિજય થાય છે.

પરન્તુ મનુષ્યોનો એ જ છેવટનો અંત હોત—એ જ એની છેલ્લી સમાપ્તિ હોત, તો ખરેખર એ ઘણું જ દુઃખમય ગણાત; પરન્તુ તેમ નથી. પરમાત્માએ એ બુઝાતા દીપકની જ્યોતિને પૂર્ણપણે અખંડ—સુરક્ષિત રાખવાનો ઉપાય પણ કરી દીધેલો છે. તેણે એક એવો ઉપાય કર્યો છે, કે જેથી એક વખત ઉત્પન્ન થએલું જીવન અનન્ત કાળ પર્યંત એમ ને એમ અખંડ ચાલુ રહી શકે છે.

અંતે મૃત્યુની હાર અને પ્રાણીઓનો વિજય.

ઉપરની શરીર—પોષણની ક્રિયા કે જ્યાં મનુષ્ય છેવટે પરાજય પામી મૃત્યુને પોતાની સામે દેખે છે, એ ક્રિયાની પછી 'પ્રજનન ક્રિયા' (એટલે પ્રજા ઉત્પન્ન થવાની ક્રિયા) મનુષ્યની મદદમાં આવી પહોંચે છે. એની સહાયથી મનુષ્ય પોતાના વ્યક્તિગત જીવનનો નાશ થવા છતાં પણ એ જીવનને એક જાતિરૂપ શરીરમાં—વંશરૂપ શરીરમાં—જીવિત રાખી શકે છે. જ્યારે એક છોડવાની વ્યક્તિગત વૃદ્ધિ અટકી પડે છે, ત્યારે તેનો આખરે વ્યક્તિગત નાશ થવા છતાં પણ તેને જાતિરૂપે—વંશરૂપે જીવિત રાખવાને કુદરત તેનામાં વિવિધરંગી રમ્ય પુષ્પો મૂકે છે, કે જે પુષ્પની અંદર તેના વંશનિર્માણના અસંખ્ય બીજ રહેલાં હોય છે. પવનના ઝપાટાથી નાશ પામતો એક છોડ એ બીજની મારફતે પોતાના જેવા બીજા અનેક છોડવાઓને નિર્માણ કરતો જાય છે. યુવાવસ્થામાં ઋતુકાલની અંદર સર્વ પ્રાણી પોતાનાં જેવાં જ બચ્ચાંઓને પેદા કરી જાય છે. એ બચ્ચાંઓમાં જ એ પ્રાણીઓ એક પ્રકારે અમર થઇ જાય છે. મનુષ્ય પ્રાણી પણ મૃત્યુના સેંકડો—સહસ્રો વર્ષ ઉપરાન્ત પોતાના

સંતાનોમાં, પૌત્ર-પ્રપૌત્રોમાં વારંવાર પેદા થાય છે; અને પોતાના ક્ષીણ થએલા યૌવનને પણ એક પ્રકારે અખંડ જાળવી રાખે છે. આ રીતે જીવનની સાથે ભારે વૈર ધરાવનાર મૃત્યુનો છેવટે પરાજ્ય થાય છે-તે હારે છે; અને જીવનની ધારા અખંડ રૂપે વહ્યા કરે છે.

ઉપર જણાવવા પ્રમાણે શરીર-પોષણની ક્રિયા જ્યારે સ્વાર્થમય છે, ત્યારે 'પ્રજનન ક્રિયા, એક પ્રકારે સ્વાર્થરહિત છે. એનો ઉદ્દેશ એ છે કે શરીરપોષણની ઝપાટાભેર ચાલતી ક્રિયા યુવાવસ્થામાં જે ઉમ્મરે કાંઇક ધીમી પડે છે-એટલે કે શરીરપોષણ કરનાર સત્ત્વની

પ્રજનન ક્રિયા ક્યારે થવી જોઇએ ?

જે ઉમ્મરે શરીરને બહુ જરૂર પડતી નથી, તે ઉમ્મરે શરીરના એક પોષક સત્ત્વ વડે સંતાન-ઉત્પત્તિ કરવી. જે પ્રમાણે એક છોડવો વધતા વધતા જ્યારે અટકે છે, તેની વર્ધન-ક્રિયાની જ્યારે હદ આવી પહોંચે છે, ત્યારે પછી તેના પર પુષ્પો ખીલે છે, તે જ પ્રમાણે જેટલું શરીરપોષણ થવું જોઇએ તેટલું થઇ રહ્યા પછી 'પ્રજનન'નો એટલે સંતાન-ઉત્પત્તિનો વારો આવે છે. એટલું થયા પહેલાં પ્રજનનનું કાર્ય એ અસ્વાભાવિક કાર્ય છે. શરીરપોષણ થઈ રહ્યા પછીનું સ્વાભાવિક પરિણામ 'પ્રજનન કાર્ય' છે. શરીરપોષણની સમાપ્તિને પરિણામે 'પ્રજનન' શરૂ થવું જોઇએ. એ શરીરપોષણની સમાપ્તિ પહેલાં પ્રજનન કાર્ય શરૂ થાય, તો તે શરીરપોષણને ભોગે જ થાય-શરીરવિકાસને ભોગે જ થાય. જનનક્રિયાનો ઉપયોગ ફક્ત સંતતિ પેદા કરવાને માટે જ થવો જોઇએ; અને તે પણ ત્યારે જ કે જ્યારે પુરુષની આયુ ૨૫ વર્ષની હોય અને

સ્ત્રીની આયુ ૧૬ વર્ષની હોય. એ ઉમ્મર સુધીમાં બંનેમાં શરીર–પોષણ કરવાનું, શરીરવિકાસ કરવાનું કુદરતનું કાર્ય પૂરૂં થઇ જાય છે. એટલે જ એ ઉમ્મરથી પ્રજનન ક્રિયાની શરૂઆત થવી જોઇએ. જે પ્રભુએ માણુસને 'જનન શક્તિ' આપી છે, તેની એ જ આજ્ઞા છે. વનસ્પતિ અને પશુપક્ષીઓમાં આ આજ્ઞાનું અક્ષરશઃ પાલન થાય છે. પરન્તુ મનુષ્યો, કે જેઓ પોતાને સભ્યતાના શિખરે પહોંચેલા સમજે છે, તેઓ એ જનન–શક્તિનો એટલો દુરુપયોગ કરે છે, કે માણુસ મટી તેઓ પિશાચ બની જાય છે; અને જ્યારે સમય તેમના હાથમાંથી જતો રહે છે, તથા પિશાચવૃત્તિનાં ભયંકર પરિણામ તેમની આંખોની સામે નાચવા લાગે છે, ત્યારે આંખોમાંથી તેઓ આંસુ સારે છે.

સૃષ્ટિમાં જીવનમાત્રનું મૂળ કયું? 'પ્રોટો-પ્લાઝ્મ.'

આ સૃષ્ટિમાં જીવનનો ઉદ્ભવ ભારે રહસ્યમય છે. સર વિલિઅમ થોમસનની એ માન્યતા હતી કે આ પૃથ્વીપર જીવન બીજા કોઇ નક્ષત્રમાંથી આવી પડેલું છે. ડાર્વિન માને છે કે વનસ્પતિ અને પ્રાણીની ઉત્પત્તિ કોઈ એક જ મૂલ તત્ત્વમાંથી થએલી છે. હર્બર્ટ સ્પેન્સર, હકસ્લે, અને ટિન્ડેલ કહે છે, કે ચેતનતાની ઉત્પત્તિ જડમાંથી સ્વયમ્–એની મેળે જ–થઈ છે. પરન્તુ તેમણે તે સાથે એટલો સ્વીકાર કરેલો છે કે તેમના એ મતના ટેકામાં તેમની પાસે કોઈ પ્રત્યક્ષ પ્રમાણ નથી.

જીવનનો ઉદ્ભવ સૃષ્ટિના આરંભમાં કેવી રીતે થયો, તેને માટે કોઈ નિશ્ચિત મત હજી સુધી આપી શકાતો નથી. અલબત્ત, ઉદ્ભવ પછીના જીવનવૃદ્ધિના પ્રશ્નપર વૈજ્ઞાનિકોએ સારો પ્રકાશ નાખેલો છે.

વૈજ્ઞાનિકોનું એમ કહેવું છે, કે વનસ્પતિ અને જન્તુ-જગતનું મૂળ ‘ પ્રોટોપ્લાઝ્મ ’ છે. એ પ્રોટોપ્લાઝ્મને સૂક્ષ્મદર્શક યંત્રથી જ જોઇ શકાય છે. જીવનનું મૂળ એ પ્રોટોપ્લાઝ્મ શું છે?

પ્રોટોપ્લાઝ્મ એક પારદર્શક પદાર્થ છે. તે સહેજ ચીકાશ પડતો, થોડો ઘટ્ટ, અને થોડો દ્રવ સ્વરૂપે છે. તે એક જ તત્ત્વનો બનેલો હોઈ અખંડ-એકરસ છે. એમાં સ્વાભાવિક ગતિ થયા કરે છે. એ ગતિ અનિયમિત હોય છે, એટલે કે ઘડી ઘડીમાં બદલાયા કરે છે. પ્રોટોપ્લાઝ્મની અંદર દરેક વખત બે ક્રિયાઓ ચાલતી હોય છે. એક ક્રિયા વડે તે જીવનરહિત પદાર્થને પોતાની અંદર લઇ જીવનનું એક અંગ બનાવી દે છે, અને બીજી ક્રિયા વડે જીવનના અંગીભૂત પદાર્થને-એટલે કે જીવિત પદાર્થને-પોતાની અંદરથી બહાર કાઢી જીવનરહિત બનાવી દે છે. પ્રોટોપ્લાઝ્મની આ ક્રિયા એ જીવનનો આરંભ છે.

વનસ્પતિ જગતમાં જીવનશક્તિનો સર્વથી પ્રથમ વિકાસ ‘ બેક્ટિરિઆ ’માં થાય છે. પ્રાણીજગતમાં એ જ જીવન-શક્તિનો સૌથી પ્રથમ વિકાસ ‘ અમિબા ’માં થાય છે. બેક્ટિ-રિઆ અને અમિબા એ બંનેનું મૂળ પ્રોટોપ્લાઝ્મ છે. એટલે કે જીવનનું મૂળ જીવિતતત્ત્વ તે પ્રોટોપ્લાઝ્મ છે. જ્યારે તે વનસ્પતિ જગતનો આરંભ કરે છે ત્યારે તેનું નામ ‘ બેક્ટિ-રિઆ ’ હોય છે, અને જ્યારે તે પ્રાણીજગતનો આરંભ કરે છે ત્યારે તેનું નામ ‘ અમિબા ’ હોય છે. બેક્ટિરિઆ અને અમિબા એ બંને પ્રોટોપ્લાઝ્મના જ રૂપાન્તર છે; અને અનુક્રમે વનસ્પતિજગત્ તથા પ્રાણીજગત્‌ના તેઓ પ્રારંભિક રૂપ છે. અમિબાની ચેષ્ટા-ક્રિયા-ઘણી વિચિત્ર હોય છે. તેનો એક ભાગ જરા વધીને મુખ બની જાય છે, એ જ ભાગ પછી પેટ અને

પગનું કામ પણ કરે છે. એનો કોઇ પણ ભાગ નિશ્ચિત નથી હોતો. પોતાના શરીરના કોઇ એક ભાગથી તે જે જાતનું કામ લેવા ધારે તે જાતનું તે લઈ શકે છે.

અમિબાના શરીરમાં એક ઘણી જ નાની સરખી ગાંઠ જેવું હોય છે. એને અંગ્રેજીમાં 'ન્યુક્લિઅસ' કહે છે. તે અમિબાના પ્રોટોપ્લાઝ્મની અંદર રહેલી માલમ પડે છે. જનનક્રિયામાં–એટલે કે પ્રજાની ઉત્પત્તિ–ક્રિયામાં એ ગાંઠ ઘણી આવશ્યક છે. એ ન્યુક્લિઅસની ગાંઠ સાથેના અમિબાને અંગ્રેજીમાં 'ન્યુક્લિએટેડ પ્રોટોપ્લાઝ્મ' કહે છે. એ ન્યુક્લિઅસ અથવા ગાંઠવાળા પ્રોટોપ્લાઝ્મને માઇક્રોસ્કોપના કાચ નીચે મૂકી જોવામાં આવે તો તેની હીલચાલ સંબંધી આપણને ઘણું આશ્ચર્યકારક જાણવાનું મળે છે.

ન્યુક્લિઅસ.

થોડા વખતમાં જ એ અમિબાનું કદ જરા મોટું થવા માંડે છે, ને પોતાનો આકાર તે બદલતું જાય છે. પછી તેની ગાંઠની વચ્ચોવચમાંથી તેના બે કુકડા પડી જઇ મૂળ એકમાંથી તે અમિબા બની જાય છે. એ જુદા પડેલા બંને ભાગ એટલા તો એક સરખા આકારના હોય છે, કે તેમાં અસલ ભાગ કયો એ ઓળખી શકાતું નથી. પછી એ જુદા પડેલા બંને ભાગ થોડી જ ક્ષણમાં મોટા થવા માંડે છે, અને એ દરેક ભાગના પાછા બબ્બે ભાગ પડી જાય છે. ફરી પાછી એ જ પ્રમાણે ક્રિયા ચાલુ થાય છે, અને એ થએલા ભાગના પાછા બબ્બે ભાગ પડવા માંડે છે. આમ એક અમિબા પોતાના શરીરના પ્રથમ બે ટુકડા કરી, પછી તેમાંથી ચાર, તેમાંથી આઠ એમ અનેક ભાગ–વિભાગ કરી અનેક જુદા જુદા સ્વતંત્ર અમિબા ઉત્પન્ન કરે છે.

અમિબા અને મનુષ્ય શરીરમાં તફાવત શો?

જે પ્રમાણે અમિબાની અંદર રહેલી ગાંઠમાંથી અમિબાના પ્રથમ બે, પછી ચાર, તેમાંથી આઠ એવા ભાગ વિભાગ બની અનેક સ્વતંત્ર અમિબાની ઉત્પત્તિ મૂળ એકમાંથી થાય છે, તે જ રીતે અમિબાથી ઉચ્ચ કોટિના પ્રાણીઓની ઉત્પત્તિ પણ એ પ્રોટોપ્લાઝ્મથી જ થાય છે. મનુષ્યનો પણ તેમાં સમાવેશ થઇ જાય છે.

આ ઠેકાણે માણસના શરીર વિષે જરા કહેવું પડશે. માણસનું શરીર એ ગાંઠયુક્ત પ્રોટોપ્લાઝ્મનો જ એક અતિ વિશાળ સમુદાય માત્ર છે. ગાંઠયુક્ત એ પ્રોટોપ્લાઝ્મને અંગ્રેજીમાં 'સેલ' કહે છે. ગુજરાતીમાં તેને આપણે 'કોષ' નામ આપી શકીએ. મનુષ્ય-શરીર એટલે એવા સંખ્યાતીત સેલ્સનો એક સમૂહ, બીજું કાંઇજ નહિ. એ સેલ્સ પ્રતિપળે શરીરમાં અગણિત સંખ્યામાં વૃદ્ધિ પામતા જાય છે, ને નાશ પામતા જાય છે. અમિબા અને માણસમાં તફાવત શો? અમિબા એટલે એક જ સેલનું બનેલું શરીર, અને માણસ એટલે અસંખ્ય સેલ્સનું બનેલું શરીર. અમિબા એ એક જ સેલ-એક જ કોષનું-બનેલું હોઇ તેમાં મન-બુદ્ધિનો જરાય વિકાસ થએલો નથી, ફક્ત મૂળતત્ત્વ રૂપે જ તેનામાં મનબુદ્ધિ રહેલી છે, જ્યારે માણસ એ અસંખ્ય સેલ્સનું-કોષનું-પ્રાણી હોઇ તેમાં મન-બુદ્ધિનો પૂરેપૂરો વિકાસ થએલો છે. હવે આપણે અમિબાથી ઉચ્ચ કોટિના પ્રાણીની ઉત્પત્તિનો થોડો વિચાર કરીએ.

અમીબા જેવા એક કોષધારી પ્રાણીને પોતાનામાંથી બીજા એવા જ પ્રાણીની ઉત્પત્તિ કરવા માટે પોતાના આખા શરીરના બે ભાગ કરવાની જરૂર પડે છે, ત્યારે મનુષ્ય જેવા ઉચ્ચ

કોટિના પ્રાણીને પોતાના જેવા બીજા મનુષ્ય પ્રાણીની ઉત્પત્તિ કરવા માટે પોતાના શરીરની અંદરના પ્રોટોપ્લાઝ્મનો ઘણો થોડો ભાગ માત્ર જુદો કરવો પડે છે. એ જુદો થએલો ઘણો થોડો ભાગ પુરુષમાં પુરુષ-બીજ તરીકે, અને સ્ત્રીમાં રજ:કણ તરીકે

મનુષ્ય શરીર કેવી રીતે ઉત્પન્ન થાય છે?

ઓળખાય છે. અમિબાના શરીરના ભાગ પડવાની ક્રિયા અખંડ–અવિરત ચાલ્યા જ કરે છે, જ્યારે માણસ અમુક સમયે સમયે જ પોતાના શરીરમાંથી પ્રોટોપ્લાઝ્મનો બહુ જ થોડો ભાગ જુદો પાડી પુરુષ બીજ એટલે વીર્યકણ, અને સ્ત્રી રજસ્–કણ ઉત્પન્ન કરે છે. વળી અમિબાના શરીરના ભાગ–વિભાગ પછી દરેક જુદા જુદા સ્વતંત્ર અમિબા તરીકે ઓળખાય છે–એ દરેક ભાગની વચ્ચે પછી કશો પણ સંબંધ રહેતો નથી, ત્યારે મનુષ્ય-શરીરમાંથી વીર્યકણ તેમજ સ્ત્રી–રજ:કણ રૂપે જુદા પડતા પ્રોટોપ્લાઝ્મ મનુષ્યશરીરની અંદર એ શરીરના એક ભાગ રૂપે જ રહે છે.

મનુષ્યશરીરમાંથી જુદો પડતો પ્રોટોપ્લાઝ્મનો એ થોડો સરખો ભાગ ઉપર જણાવવા પ્રમાણે પુરુષમાં વીર્યજન્તુ રૂપે, અને સ્ત્રીમાં રજ:કણ રૂપે માલમ પડે છે. અંગ્રેજીમાં એ વીર્યજન્તુને 'સ્પર્મેટોઝુઆ' અને રજ:કણને 'ઓવમ' કહે છે. વીર્યના એક ટીપાની અંદર કંઇ લાખો સ્પર્મેટોઝુઆ હોય છે. સ્પર્મેટોઝુઆનું કદ લગભગ ૧/૮૦૦ ઇંચથી ૧/૨૫૦ ઇંચ જેવડું હોય છે. સ્પર્મેટોઝુઆ અને ઓવમ એ બંને ન્યુકિલઅસયુક્ત–ગાંઠયુક્ત–પ્રોટોપ્લાઝ્મના શરીર સિવાય બીજું કાંઈ જ નથી.

ઉચ્ચકોટિના પ્રાણીઓમાં જ્યારે એ સ્પર્મેટોઝુઆ ઓવમની

સાથે મળી જાય છે, ત્યારે ઓવમન (એટલે કે સ્ત્રી-બીજના) બે, ચાર, આઠ, સોળ, બત્રીસ, ચોસઠ એ પ્રમાણે અસંખ્ય નાના નાના ભાગ-વિભાગ પડતા જાય છે. એ બધા ભાગ પાછા પરસ્પર મળી જતા જઇ તેમનો એક મોટો ભાગ બનતો જાય છે. આ વૃદ્ધિ અમિબા કરતાં જુદી જ રીતે થાય છે. જ્યારે અમિબામાંથી જુદા પડતા ભાગ પાછા પરસ્પર મળતા નથી- એ જુદા પડેલા ભાગ દરેક સ્વતંત્ર અમિબા બને છે-તેમની વચ્ચે કશો પણ સંબંધ રહેતો નથી, ત્યારે સ્પર્મેટોઝુઆ ઓવમની સાથે મળ્યા પછી ઓવમના જે અનેક ભાગ જુદા પડતા જાય છે, તે બધા પરસ્પર પાછા મળતા જાય છે અને તેમનો એક અખંડ સમૂહ બનતો જાય છે-કહો કે એક શરીર બનતું જાય છે. બધા ઉચ્ચ કોટિના પ્રાણીઓમાં આ જ રીતે બને છે. જેમ જેમ એ બધા ભાગ-એટલે કે સેલ્સ-એકત્ર થતા જાય છે, અને મોટો સમૂહ બનતો જાય છે, તેમ તેમ તેની અંદર હાડકાં, માંસપેશી, જ્ઞાનતંતુ, હૃદય, આંતરડાં, ફેફસાં એ વગેરે બધું બનતું જાય છે. હાડકાં, માંસપેશી, જ્ઞાનતંતુ, દાંત, ફેફસાં, આંતરડાં, હૃદય એ વગેરે અવયવો જુદા જુદા સેલ્સના જુદા જુદા સમૂહ માત્ર છે. એ બધા સમૂહો અરસ્પરસ સંબંધથી જોડાએલા છે. જ્યારે નવા નવા ઉત્પન્ન થતા એ બધા સેલ્સને એકત્ર થવાનું કામ પૂરું થાય છે-એટલે કે નવું શરીર પૂરૂં બની રહે છે, ત્યારે તે પછી માતાના ઉદરમાંથી એક સ્વતંત્ર જુદા જ પ્રાણીરૂપે બહાર પડે છે. તે પહેલાં ઉદરમાં માતાના શરીરના એક ભાગ રૂપે જ તે રહે છે. દરેક જાતના ઉચ્ચ કોટિના પ્રાણીઓની માતાના ઉદરમાં આજ રીતે-કોષના ભાગવિભાગ પડવા ને પાછા જોડાઈ જવા એ રીતે-વૃદ્ધિ થાય છે. મનુષ્યનું શરીર આ જ પ્રમાણે માતાના ઉદરમાં નિર્માણ થાય છે.

નર અને નારી જાતિ એ બે વિભિન્ન તત્ત્વો સૃષ્ટિમાં આદિ કાળથી છે. એકકોષધારી નાનામાં નાનું પ્રાણી જે પ્રોટોપ્લાઝ્મ, એમાં પણ નર અને નારી જાતિનાં બે ભિન્ન તત્ત્વો હોવાનું માની શકાય છે. તળાવની લીલને સૂક્ષ્મ-દર્શકયંત્ર વડે જોવાથી તેમાં અત્યંત

નર અને નારી જાતિ.

બારીક સૂક્ષ્મ જીવો નજરે પડે છે. એ જીવો એકકોષધારી હોય છે. લીલમાં એ સૂક્ષ્મ જીવોની સામસામી બે હાર બનતી માલમ પડે છે. એ દરેક હારના કોષ પોતાની સામેની હારના કોષની સાથે મળી જાય છે. તેમના મળવાથી એકેક નવીન કોષ ઉત્પન્ન થાય છે. લીલની અંદર એક કોષ બીજા કોષ તરફ જતો સૂક્ષ્મદર્શક યંત્ર વડે સ્પષ્ટ માલમ પડે છે. આ શું બતાવે છે? આમાં એક હારના કોષને નરજાતિ તત્ત્વ અને બીજી હારના કોષને નારીજાતિ આપણે કહી શકીએ. જો એ કોષોનો—સેલ્સનો—અરસ્પરસ સંયોગ ન થતો હોત, તો એકમાંથી અનેક થવાની ક્રિયા જે આપણે ઉપર પ્રોટોપ્લાઝ્મમાં જોઈ ગયા તે પણ થઇ શકતી ન હોત. કોષોનો—સેલ્સનો—પરસ્પર સંયોગ એ સૃષ્ટિ—ઉત્પત્તિનો એક આવશ્યક સિદ્ધાન્ત છે.

'પ્રજનન' એટલે પ્રજાનું ઉત્પન્ન થવું, એ બે જુદા જુદા તત્ત્વોના સંયોગનું એક પરિણામ છે. જો કે કેટલીક વખત એ તત્ત્વોની વિભિન્નતા એટલે કે વિજાતીયતા એનું જ્ઞાન આપણને સૂક્ષ્મદર્શક યંત્ર દ્વારા પણ સ્પષ્ટ માલમ પડતું નથી, તો પણ તેમનાં વિવિધ કાર્યોને જોઇ નક્કી કરી શકાય છે, કે એમાં બે વિભિન્ન તત્ત્વો છે.

પ્રજનન એટલે પ્રજાની ઉત્પત્તિ માટે બે વિભિન્ન—બે

વિજાતીય તત્ત્વો–હોવાં જ જોઇએ. આ સિદ્ધાન્ત આખા વિશ્વને લાગુ પડે છે. એ વિજાતીય તત્ત્વોને પ્રાણીની જે જે ઇન્દ્રિયો પેદા કરે છે, તે તે ઇન્દ્રિયો ‘ જનન–ઇન્દ્રિય ’ તરીકે ઓળખાય છે. આ પ્રજનન ક્રિયાનો સિદ્ધાન્ત વધારે સ્પષ્ટતાથી સમજવાને માટે આપણે ક્રમશઃ છોડવા, નાનાં પ્રાણી અને મનુષ્ય એમનાં ઉદાહરણ લઇએ.

છોડવાની પ્રજનન ક્રિયા.

ફૂલ એ છોડવાની જનન સંબંધી ઇન્દ્રિય છે. કેટલાંક ફૂલ નરતત્ત્વ ઉત્પન્ન કરે છે. અને કેટલાંક નારી તત્ત્વ ઉત્પન્ન કરે છે. કેટલીક વખત એક જ ફૂલની અંદર એ નર અને માદા તત્ત્વ બંને હોય છે. ફૂલના નરતન્તુને ઉપલે છેડે ઘણા જ બારીક કણ (પરાગ રજ) હોય છે, તે ફૂલનું જનન સંબંધી નરતત્ત્વ છે. ફૂલમાં નારીતન્તુ અથવા સ્ત્રીકેસર ફૂલની વચ્ચે હોય છે. એ નારીતન્તુને ઉપલે છેડે જરા નાની સરખી કોથળી જેવું હોય છે તેમાં ફૂલનું જનન સંબંધી નારીતત્ત્વ હોય છે. જો એક જ ફૂલમાં નરતત્ત્વ અને નારીતત્ત્વ હોય છે. તો ત્યાંજ બીજની ઉત્પતિનું કાર્ય થાય છે; પરન્તુ જો એ તત્ત્વો જુદાં જુદાં પુષ્પ પર હોય, તો નરપુષ્પમાંથી પરાગરજ વાયુની મદદ વડે સ્ત્રીપુષ્પમાં પહોંચી જાય છે. સ્ત્રીપુષ્પ ઘણું દૂર હોય તોપણ નરતત્ત્વ વાયુની મદદ વડે ત્યાં સુધી પહોંચી જાય છે. એ સિવાય મધમાખીઓ, પતંગીઆ એ વગેરે ઉડતાં પ્રાણીઓ પોતાના પાંખ અને પગ દ્વારા નરપુષ્પમાંના નરતત્ત્વને એટલે કે પરાગરજને સ્ત્રીપુષ્પમાં લઇ જાય છે; અને એ રીતે વનસ્પતિની જનનક્રિયામાં તેઓ ભારે સહાય કરે છે. નાની ચકલીઓ અને સ્નેલ આ દૃષ્ટિએ

બહુ ઉપયોગી છે. વનસ્પતિની જનનક્રિયામાં ભાગ લેનાર કેટલાક પતંગીઆ આદિ જંતુઓનું એટલું મહત્ત્વ છે, કે કાવ્યની ભાષામાં તેમને 'પુષ્પોના વિવાહ કાર્યમા પુરોહિત' તરીકે વર્ણવ્યા છે.

કેટલાંક નાનાં પ્રાણીઓમાં જે વિધિથી 'સંયોગ' અથવા 'જનનક્રિયા' થાય છે તે છોડવા કરતાં જુદી જ રીતે અને ઘણી આશ્ચર્યકારક થાય છે. ઉદાહરણ તરીકે માછલીઓ અને દેડકાં. એમાં નર અને માદા એકઠા થયા વિના જ તેમના શરીરમાંથી નરતત્ત્વ અને માદા-તત્ત્વ શરીરની બહાર નીકળે છે; અને બહાર એ તત્ત્વોનો સંયોગ થાય છે. એ અવસ્થામાં એકનો બીજાની સાથે મુદ્દલ સ્પર્શ થતો નથી. માદા માછલીના શરીરમાં અનેક ઈંડાં અમુક ચોક્કસ મોસમમાં પેદા થવા માંડે છે. એ ઈંડાંઓની સંખ્યા હજારોની હોય છે. એ વખતે નરમાછલીનો અંડકોષ જે તેના શરીરમાં હોય છે, તે વધવા લાગે છે. એ અંડકોષની અંદર જીવનપ્રવાહી એટલે વીર્યકણ હોય છે. જ્યારે માદામાછલી પોતાનાં ઈંડાંઓને સુરક્ષિત રાખવાને જગા શોધે છે, ત્યારે નરમાછલી તેની પાછળ પાછળ ફરતી હોય છે. માદામાછલી સુરક્ષિત જગા શોધીને જેવા ઈંડાં મૂકે છે, કે તરત જ તેમના પર નરમાછલી પોતાના શરીરમાંથી જીવન-પ્રવાહી (Spermatic Fluid) એટલે કે વીર્યકણ નાખે છે. એનાથી સંયોગ થાય છે અને નવી માછલીઓના જીવનનો પ્રારંભ થાય છે.

માછલીની પ્રજનન ક્રિયા.

આ પ્રકારની જનનક્રિયા દેડકાંની કેટલીક જાતોમાં જેવી ને તેવી માલમ પડે છે. જ્યારે માદા પોતાનાં ઈંડાં સુરક્ષિત

રાખવાની સ્થિતિમાં આવે છે ત્યારે નર દેડકીની પીઠ પર ચીટકીને બેસી જાય છે. જ્યાં સુધી દેડકી ઇંડાં મૂકતી નથી ત્યાં સુધી નર તેની પીઠ પર બેસી રહે છે. જેવી માદા ઇંડાં મૂકે છે કે તરત જ નર પોતાના-

દેડકાની પ્રજનન ક્રિયા.

માંથી જીવન પ્રવાહી-વીર્યકણુ તેમના પર નાખે છે. આ પ્રમાણે નરતત્ત્વ ને માદાતત્ત્વના સંયોગથી નવા દેડકાના જીવનનો આરંભ થાય છે. માદાને ઇંડાં મૂકવામાં ઘણો વખત લાગે છે, અને ત્યાં સુધી નર તેની પીઠ પર બેસી રહે છે. એ વખતે નરના પગમાં એક જુદી જ જાતના અંગુઠા જેવો ભાગ પેદા થાય છે, અને એની મદદથી જ તે માદાની પીઠ પર રહી શકે છે. જેવી ઇંડાં મૂકવાની મોસમ પૂરી થાય છે કે તરત જ એ ક્ષણિક અંગુઠા પણ લુપ્ત થઇ જાય છે; કારણ કે પછી એની જરૂર રહેતી નથી. આ માછલી અને દેડકાના બંને ઉદાહરણ બહિર્ સંયોગનાં છે. એમાં નરતત્ત્વ અને માદાતત્ત્વનો સંયોગ માદાના શરીરની બહાર થાય છે.

કેટલીક જાતનાં પ્રાણીઓમાં બહિર્ સંયોગ નહિ પણ અંતઃસંયોગ થાય છે. પરન્તુ એ એવી રીતે થાય છે કે જેમાં નર અને માદા એક બીજાનો સ્પર્શ કરતા નથી. કોઈ અજ્ઞાત કારણથી નરનું જીવન પ્રવાહી-વીર્યકણુ-માદાના શરીરમાં દાખલ થઈ જાય છે; અને તે પછી ઇંડાં ઉત્પન્ન થવાની ક્રિયા શરૂ થાય છે. આ પ્રકારની જનનક્રિયામાં નરમાદાનો શારીરિક સંયોગ થતો નથી.

કેટલાંક પ્રાણીઓ ઉભયલિંગી હોય છે-એટલે કે નરતત્ત્વ અને માદાતત્ત્વ એ બંને તેમના શરીરમાં હોય છે. નરની અને

માદાની એમ બંને ફરજો તેઓ બજાવે છે. એવાં ઉભયલિંગી

સ્નેલની પ્રજનન ક્રિયા.

પ્રાણીઓમાં સ્નેલ એક ઉભયલિંગી પ્રાણી છે. સ્નેલમાં નર–માદાનો સંયોગ ઘણી વિચિત્ર રીતે થાય છે. ટી. આર. જોન્સ નામનો એક પ્રાણી–શાસ્ત્રવેત્તા એ સંયોગનું વર્ણન આ પ્રમાણે કરે છે:—

"સ્નેલમાં જે પ્રકારે સંયોગ થાય છે તે કાંઇ ઓછો આશ્ચર્યજનક નથી. એ સંયોગની શરૂઆત એક અસાધારણ રીતે થાય છે. જોનાર તો એમ જ સમજી લે, કે એ બંને પ્રેમીઓનો મિલાપ નથી પણ દુશ્મનોની લડાઇ છે. એ પ્રાણી સ્વભાવથી જ શાન્ત પ્રકૃતિનું છે; પરન્તુ તેમના સંયોગ વખતે તેમનામાં ભારે સ્ફૂર્તિ પેદા થાય છે. શરૂઆતમાં તેઓ એક બીજાને ભારે આલિંગન કરે છે, અને પછી એ બેમાંથી એક પોતાના ગળાની જમણી બાજુએથી એક જરા પહોળી અને નાની સરખી કોથળી કાઢે છે. એ કોથળી મજબુત ખેંચાએલી કેમ જાણે એક કટાર ન હોય તેવી બની જાય છે. એ વિલક્ષણ હથિઆરથી એ સ્નેલ પોતાના સામા પ્રેમી સ્નેલના અરક્ષિત ભાગ પર પ્રહાર કરવા માંડે છે. તે પ્રેમી પણ એ પ્રહારથી બચવાની પૂરેપૂરી મહેનત કરે છે. પણ છેવટે કોઇ ખુલ્લા ભાગ પર એકાદ ચોટ લાગી જ જાય છે. એ ચોટ લાગતાં જ એ પ્રેમ-પ્રહારનો બદલો લેવાને જેને ચોટ લાગી છે તે સ્નેલ ખીજાય છે, અને સામા સ્નેલને ચોટ લગાડવાને ભારે શ્રમ ઉઠાવે છે. એ પ્રેમ–કલહમાં પેલી કટાર જેવી કોથળી પરના ઝીણા ઝીણા કાંટા ભાંગીટૂટીને જમીન પર પડે છે, અથવા તેને લાગેલી ચોટની જગાએ ચોટી જાય છે. આ શરૂઆતની ઉત્તેજના પછી

થોડા વખતમાં એ બંને સ્નેલ વધારે ચેતન બનીને વધારે પ્રબલતાથી લડવા માટે આગળ આવે છે. હવે પેલી કોથળી જેવી કટાર સંકોચાઇને શરીરમાં સમાઈ જાય છે; અને બીજી કોથળી બંનેના ઉત્પાદક છિદ્રોમાંથી નીકળી આગળ આવે છે. તે સ્નેલની જનન-ઇન્દ્રિય છે. તેના પર બે છિદ્રો દેખાય છે. સ્નેલ ઉભયલિંગી અર્થાત્ નર અને માદા બંને હોવાથી એ બંને છિદ્રોમાંનું એક છિદ્ર સ્નેલનું માદા તરીકેનું છિદ્ર છે, અને બીજું નર તરીકેનું છિદ્ર છે. એ બીજા નરછિદ્રમાંથી બંનેના શરીરમાંથી લગભગ એક ઈંચ લાંબી ચાબુક જેવી નર-ઇન્દ્રિય ધીમે ધીમે ખુલે છે. પછી બંને સ્નેલ પરસ્પર સંયોગ કરે છે, અને બંનેને એક બીજાથી ગર્ભ રહે છે.

આરગોનટની પ્રજનન-ક્રિયા.

આરગોનટ એ એક પ્રકારની માછલી છે. એમાં સંયોગ બહુ જ વિચિત્ર રીતે થાય છે. નરશરીરના ડાબા ભાગ પર એક નાની સરખી કોથળી જેવું હોય છે; જેમાં એક કુંડલી આકારનું સાધન રહે છે. એ સાધન વસ્તુતઃ એક નળી જ છે, અને એનો સંબંધ અંડકોષની સાથે હોય છે. એ નળીમાં વીર્યકણ એકઠા થાય છે. વીર્યકણોથી એ નળી પૂરેપૂરી ભરાયા પછી એ નળી જે કોથળીમાં હોય છે તે આખી કોથળી આરગોનટના શરીરથી જુદી થઇ જાય છે; અને પાણીમાં તરતી તરતી તે માદાને શોધી કાઢે છે. માદાની સાથે તેનો સંયોગ થાય છે, અને પછી નવી માછલીઓ પેદા થવા માંડે છે.

એક એવી જાતની માખી માલમ પડેલી છે કે જે મુડદાના સડવાથી ઉત્પન્ન થતી ગંધને લીધે ઈંડાં મૂકવા માંડે છે.

જો એ માખીના ગંધનું જ્ઞાન ધરાવનાર જ્ઞાનતન્તુઓને કાપી નાખવામાં આવે તો તે ઈંડાં મૂકતી બંધ થઇ જાય છે. તેના નાક પર કોઇ આઘાત લાગવા સિવાય શરીરના બીજા કોઈ પણ ભાગ પર ગમે તેટલો આઘાત લાગે તો પણ તે ઇંડાં મૂકતી અટકતી નથી. જનન-ઇન્દ્રિયની સાથે વાસનો કેટલો નિકટ સંબંધ છે, એનું આ એક અદ્‌ભુત ઉદાહરણ છે.

એક જાતની માખીની પ્રજનન-ક્રિયા.

એક જાતની મધમાખી એવી છે કે જે કેટલીક વખત નર સાથે સંયોગ કર્યા વિના ઈંડાં મૂકવા માંડે છે. એવાં ઇંડાંઓમાંથી હંમેશાં નર માખી પેદા થાય છે. નરની સાથે સંયોગ થયા પછી તે જે ઈંડાં મૂકે છે તેમાંથી હંમેશાં માદા મધમાખી પેદા થાય છે. એમ માનવામાં આવે છે કે સંયોગ વિના પોતાની ઇચ્છા પ્રમાણે ઈંડાં મૂકવાની શક્તિ એ મધમાખોમાં છે; કે જે ઇંડાંથી નર મધમાખીઓ પેદા થાય છે.

મધમાખીની પ્રજનન-ક્રિયા.

મધમાખીઓમાં એક રાણી મધમાખ હોય છે. એ રાણીને માટે અનેક નરમધમાખીઓને બીજી મધમાખીઓ ઘણી મહેનતથી પાળે છે-સંભાળે છે. જ્યારે મધમાખીઓની ‘રાણી’ સંયોગને માટે આકાશમાં ઉડે છે, ત્યારે નરમાખીઓ તેની પાછળ પાછળ ઉડે છે. કોઈ એક નરમાખીનો એ રાણી સાથે સંયોગ થાય છે, ત્યારે એ નરમાખી પોતાની જનન ઇન્દ્રિય રાણીના શરીરમાં રાખીને મરી જાય છે. બીજી નર માખીઓનો પછી કાંઈ ઉપયોગ રહેતો નથી. પાનખર ઋતુમાં

એનો બીજી શક્તિશાળી માખીઓ આવીને સંહાર કરી નાખે છે.

પતંગીઆનું જનન સંબંધી જીવન પણ અનોખું છે. ઈંડાંમાંથી પતગીઉં બન્યા પછી એ સુંદર-સુશોભિત પતગીઉં એક છોડવા પરથી બીજા છોડવા પર, એક ડાળીએથી બીજી ડાળીએ એમ ઉડવા લાગે છે. એમાં માદા ઘણી શાન્ત હોય છે-પડી રહે છે. નરની ગંધ લેવાની શક્તિ એટલી બધી તીવ્ર હોય છે, કે તેને કેટલાક માઇલો પરથી માદાની ગંધ આવે છે. પતંગીઉ જ્યાં ઉડવા શીખ્યું, કે તરત જ એ જંગલો ને ખેતરોને પાર કરતું માઇલો પર દૂર રહેતી પોતાની પ્રિયા પાસે પહોંચી જાય છે, પરન્તુ પ્રણયના પ્રથમ મિલનમાં જ એ અભાગી નર પતંગીઉં આ સંસારમાંથી વિદાય લઇ લે છે. તેના પછી માદા પણ અગણિત ઈંડાં મૂકી તે જ ક્ષણે પોતાના પ્રિયતમની પાસે ચાલી નીકળે છે. પ્રેમની આ કેવી કરુણ કહાણી છે!

પતંગીઆની પ્રજનન-ક્રિયા.

પ્રકૃતિ-અભ્યાસી મી. ફેબરે પાંખવાળી કીડીઓનાં જીવન વિષે ઘણું આશ્ચર્યજનક જ્ઞાન મેળવેલું છે. તે કહે છે, કે કેટલીક જાતની પાંખવાળી કીડીઓ એવી હોય છે, કે જેમાં માદા સંયોગને માટે ઉડે છે, પાંખવાળી અનેક નર કીડીઓ તેની પાછળ ઉડવા લાગી તેનું આલિંગન કરે છે, અને એની પાછળ જ એ મરે છે. આમ થવાથી માદાની પાસે વીર્યકણનો-જીવનરસનો-એક સંચય થઇ જાય છે. એમાં અનેક જુદી જુદી પાંખવાળી નર કીડીઓનો જીવન-પ્રવાહી (એટલે વીર્યકણ) દીર્ઘ સમય

પાંખવાળી કીડીઓની પ્રજનન-ક્રિયા.

સુધી સુરક્ષિત રીતે પડી રહે છે. એ પછી માદા કેટલાક વર્ષ સુધી–ઓછામાં ઓછા ૧૧–૧૨ વર્ષ સુધી–કોઈ પણ નરના સંયોગ વિના ઇંડાં મૂક્યા જ કરે છે. ખરેખર, આ ઘણું આશ્ચર્યકારક છે, કે એટલા સમય સુધી માદાના શરીરમાં વીર્યકણ જેવા ને તેવા જળવાઇને પડી રહે છે.

મોટાં પ્રાણીઓમાં નર અને માદાના ઉત્પાદક તત્ત્વોના સંયોગથી એક નવા જીવનની ઉત્પત્તિ થાય છે. એ કાર્ય માટે થોડીક સહાયક અને ઉપયોગી ઇન્દ્રિયો કુદરતે આપી છે.

નર તથા માદાની જનનઇન્દ્રિયોના પરસ્પર મિલનને "સંયોગ" કહે છે. સંયોગ એ જ જનનક્રિયા છે. જનનક્રિયામાં

મનુષ્યની પ્રજનન ક્રિયા.

વીર્યકણ (સ્પર્મેટોઝુઆ) નારી જાતિના રજઃકણની સાથે ફક્ત મળી જ જાય છે એમ નથી, પરન્તુ એ રજઃકણના અત્યંત બારીક પડદાને ચીરીને તેની અંદર દાખલ થઇ જાય છે; અને તેમાંના દ્રવની સાથે મળી જાય છે. તે પછી રજઃકણની વૃદ્ધિ થવા માંડે છે. એ વૃદ્ધિ કેવી રીતે થાય છે, તે 'મનુષ્યશરીર કેવી રીતે ઉત્પન્ન થાય છે'? એ વિષયની અંદર આગળ આવી ગયું છે. સ્ત્રી–પુરુષના સંયોગ વખતે પુરુષનું જે વીર્ય બહાર પડે છે તેમાં લગભગ ૨ થી ૫ કરોડ જેટલા સ્પર્મેટોઝુઆ એટલે વીર્યજન્તુ અથવા કહો કે વીર્યકણ હોય છે. બીજી તરફ સ્ત્રીના જનન અવયવમાંથી તે વખતે ફક્ત એક જ રજઃકણ અથવા ઓવમ બહાર નીકળે છે. (આ જનન અવયવ સંબંધીની વિશેષ માહિતી હવે પછીના 'ઉત્પાદક અંગ' એ વિષેના પ્રકરણમાં આપેલી છે.) કોઇક જ વખતે એ રજઃકણની સંખ્યા બે અથવા ત્રણ જેટલી હોય

છે. સ્પર્મેટોઝુઆને માથું અને પુછડી હોય છે. સ્પર્મેટોઝુઆ એટલા બધા તો નાજુક હોય છે, કે તેને સ્પર્શ થતાં જ તે તરત મરી જાય છે. સંયોગ વખતે વીર્યમાંથી નીકળતા એ કરોડો સ્પર્મેટોઝુઆ સ્ત્રીના જનન અવયવમાંથી તે વખતે જે એક રજઃકણ નીકળે છે તેના સમાગમ માટે ભારે દોડાદોડી કરે છે. એ કરોડોની દોડાદોડીમાં ફક્ત એક જ સ્પર્મેટોઝુઆ એ રજઃકણના સમાગમમાં આવી શકે છે. એ દોડાદોડી—એ ગતિ—સ્પર્મેટોઝુઆની પુછડી વડે થાય છે. એ દોડાદોડીમાં જેવો કોઇ એક સ્પર્મેટોઝુઆનો સ્પર્શ સ્ત્રીના એ રજઃકણની સાથે થઇ જાય છે, કે તરત જ એ રજઃકણને ચીરી સ્પર્મેટોઝુઆ તેની અંદર દાખલ થઇ જાય છે. તે પછી રજઃકણ અથવા ઓવમના એ ચીરાએલા ભાગ પર ઓવમની બહારની સપાટી પરનું દ્રવ્ય જામી જાય છે—ઘટ થઇ જાય છે, એથી કોઇ બીજો સ્પર્મેટોઝુઆ એ રજઃકણમાં દાખલ થઈ શકતો નથી. એ ઘટ થઇ જવું રજઃકણ પર એક પ્રકારે બખ્તરનું કામ કરે છે.

જોડાએલા, અથવા બે-ત્રણ બાલક અવતરવાનું કારણ.

કદાચ્ રજઃકણ ઘણું નિર્બલ હોય—રોગી હોય, અને તેથી એક કરતાં વધારે સ્પર્મેટોઝુઆ તેની અંદર દાખલ થઇ જાય, તો તેથી એક વિચિત્રિ—અદ્ભુત બાલક અવતરે છે. જો કોઈ કારણથી એ રજઃકણમાં બે સ્પર્મેટોઝુઆ દાખલ થઇ જાય, તો તેથી બે જોડાએલાં—ચોટેલાં બાળકનો જન્મ થાય છે. પરન્તુ એ અવસ્થા અસ્વાભાવિક છે. તે જ પ્રમાણે સ્ત્રીના જનન અવયવમાંથી એક રજઃકણને બદલે બે કે ત્રણ રજઃકણ બહાર પડેલાં હોય, તો એ બે-ત્રણે રજઃકણોની અંદર એકેક સ્પર્મેટોઝુઆ દાખલ થઈ જાય છે, અને તેથી પરિણામે સ્ત્રી બે કે ત્રણ બચ્ચાંને જન્મ આપે છે.

જ્યારે રજઃકણ વીર્યજન્તુની સાથે એટલે કે સ્પર્મેટોઝુઆની સાથે સંયુક્ત થઇ જાય છે, ત્યારે ગર્ભ ઉત્પન્ન થવા માંડે છે. મનુષ્ય જાતિમાં એ સમય નવ–દસ મહીનાનો ગણાય છે. તે સમયમાં સ્ત્રીઓને માસિક ધર્મ આવતો નથી. અલબત્ત, કેટલીક સ્ત્રીઓમાં ગર્ભધારણ થયા પછી પણ શરૂઆતમાં થોડા મહીના માસિક ધર્મ દેખાય છે, પરન્તુ એ અવસ્થા અસાધારણ છે–અપવાદરૂપે છે.

ગર્ભનો વિકાસ અને નાનાં પ્રાણીઓ સાથે તેનું મળતાપણું.

ગર્ભ વખતે રજઃકણ વિકાસની જુદી જુદી અવસ્થાઓમાંથી પસાર થાય છે. એમાં કેટલીક અવસ્થાઓ તો આબેહૂબ નાનાં પ્રાણીઓની અવસ્થાને મળતી આવે છે. એક અવસ્થા એવી આવે છે, કે જ્યારે ગર્ભનું બાલક ઇંડામાંથી ઉત્પન્ન થતા નાના સરખા પંખી જેવું હોય છે. વળી એક અવસ્થા આવે છે કે જ્યારે ગર્ભનું બાળક કુતરાની આકૃતિને એટલું બધું મળતું આવે છે કે તેને જોઇ ભલભલા વિજ્ઞાનવેત્તાઓ આશ્ચર્યમગ્ન થઈ જાય છે. એવી પણ અવસ્થા આવે છે કે જ્યારે ગર્ભસ્થ બાલકના હાથપગ એક વિશિષ્ટ પ્રકારની માછલીની બાજુઓને બીલકુલ મળતા આવે છે. તે પછી એક એવો સમય આવે છે કે જ્યારે બાલકનું આખું શરીર વાનરની પેઠે વાળથી ઢંકાઈ જાય છે. ગર્ભસ્થ બાલકની આ ક્રમિક ઉન્નતિને જોઇ વિકાસવાદીઓ એમ કહેવાની હિંમત કરે છે કે માણસ અને બીજાં નાનાં પ્રાણીઓનું ઉદ્ભવ સ્થાન મૂળમાં એક જ છે. પરન્તુ તે તેમની ભૂલ છે. આ ઉદાહરણોથી એમ સિદ્ધ નથી થતું કે બધાની ઉત્પત્તિ એકમાંથી જ થઈ છે. હા, એમાંથી એટલું જોઈ શકાય છે, કે અનેકવિધ યોનિઓનો સર્જનાર એક જ હાથ છે, કે જેની કારીગરીનાં લગભગ સાવ મળતાં ચિહ્નો સર્વત્ર વેરાએલાં નજરે પડે છે.

પ્રકરણ ૪ થું.

ઉત્પાદક અંગ.

ઉત્પાદક અંગના જ્ઞાનની દરેકને માટે આવશ્યકતા.

પાછલા પ્રકરણમાં પ્રજનન-ક્રિયા એટલે પ્રજા ઉત્પન્ન થવાની ક્રિયાનું વર્ણન આપણે જોઇ ગયા. હવે આ પ્રકરણમાં માણસનાં ઉત્પાદક અંગ એટલે કે જનન-અવયવની શારીર-શાસ્ત્રની દૃષ્ટિએ થોડી માહિતી મેળવીએ.

શરીરમાં ઉત્પાદક અવયવ એ જગત્-સૃષ્ટા પ્રભુની રચના-શક્તિનો એક પ્રતિનિધિ છે. પાપી અને ભ્રષ્ટ લોકો એ અવયવનો દુરુપયોગ કરે છે, નહિ તો શરીરના બીજા અવયવની જેમ એ અવયવ પણ એક પવિત્ર અવયવ છે. બાળકો યોગ્ય કે અયોગ્ય માર્ગે એ અવયવ સંબંધી જેટલી મળે તેટલી માહિતી મેળવવાને કાંઇ પણ બાકી રાખતા નથી. તેનું પરિણામ એ આવે છે કે તેમના વિચાર કુસંસ્કારોની બદબોથી દુર્ગન્ધમય બની જાય છે, અને એ અવયવ સંબંધીનું ઠીક ઠીક જ્ઞાન તેઓ મેળવી શકતા નથી.

આ પ્રકરણનો વિષય છે ઉત્પાદક અંગ. એ અંગના સંબંધમાં વિદ્યાર્થીઓનું મસ્તિષ્ક રહસ્યનાં કાળાં વાદળોથી મોટે ભાગે ઘેરાએલું રહે છે. એ વાદળાંનો વિસ્તાર વધતો જાઇ તેઓ તોફાને ચઢી એક યુવકની જીવન–નૌકાને એ તોફાનમાં ન સપડાવે એટલા માટે એ ઉત્પાદક અંગોનું જ્ઞાન વૈજ્ઞાનિક દૃષ્ટિએ પ્રત્યેકને માટે આવશ્યક છે. વળી એ પણ ભૂલવું ન જોઇએ કે એ અંગોનો અભ્યાસ દરેક વિદ્યાર્થીએ એવા આત્મસંયમ અને એકાગ્રચિત્તે કરવો જોઇએ, કે જેવા આત્મસંયમ અને એકાગ્રચિત્તથી તેઓ જીવન સંબંધી કોઇ આવશ્યક વિષયનું મનન કરી રહ્યા હોય.

ઉત્પાદક અવયવોમાં સ્ત્રીનાં ઉત્પાદક અંગ શરીરની અંદર, અને પુરુષનાં એ અંગ શરીરની બહાર તેમજ એનો થોડો ભાગ શરીરની અંદર હોય છે. અહીં ફક્ત પુરુષનાં જ ઉત્પાદક અંગ સંબંધી વિચાર કરેલો છે.

પુરુષની જનન–ઇન્દ્રિય.

પુરુષની જનન–ઇન્દ્રિયનું મુખ્ય કાર્ય મૂત્રને બહાર લઈ જવાનું છે. પુરુષની પરિપકવ અવસ્થામાં એટલે કે ૨૫ વર્ષની ઉમ્મર પછીથી એ ઇન્દ્રિય જનન–ક્રિયાનાં કામમાં પણ આવે છે. પરન્તુ એ ઉમ્મર પહેલાં બૂરા વિચારથી એ ઇન્દ્રિયને હાથ પણ લગાડવો એ આત્મઘાતની તરફ કદમ ભરવા સમાન છે. કુચેષ્ટાઓથી એ ઇન્દ્રિય શિથિલ કે અશક્ત થઇ જાય છે. એક સંયમી પુરુષની એ ઇન્દ્રિય નાની પણ હોય તોપણ તેનો ઉત્પાદન–શક્તિ સાથે એટલે પેદા કરવાની શક્તિ સાથે કાંઈ પણ સંબંધ નથી. એ અંગમાં અનેક રક્તવાહિનીઓ આવેલી હોય છે.

જ્યારે કામ-ભાવના વિચારોથી માણસ ઘેરાય છે, ત્યારે શરીરનું લોહી એ જનન ઇન્દ્રિયમાં આવેલી રક્તવાહિનીઓ તરફ અધિક જોસથી વહેવા લાગે છે; અને તેથી જનન-ઇન્દ્રિય ઉત્તેજિત થઈ જાય છે. એ પ્રકારની ઉત્તેજના જે કારણોથી થતી હોય તેનાથી હંમેશાં બચતા રહેવું જોઇએ, શા માટે? એ

કામ-ભાવના વિચારોથી લોહી ઝેરી બને છે.

જોસથી ધસી આવતું લોહી કેટલાક વખત સુધી જનન-ઇન્દ્રિયમાં એમ ને એમ સંચિત થએલું પડી રહે છે; અને એમ થવાથી એ લોહી જીવનશક્તિ વિનાનું થઇ જાય છે. સંચિત થઇ પડી રહેલા લોહીમાંથી થોડા વખતમાં જીવનશક્તિ જતી જ રહે છે. બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો એ લોહી ઝેરી થઇ જાય છે. કામ-ભાવ શમ્યા પછી એટલે ઉત્તેજના બંધ પડયા પછી એ સંચિત થએલું લોહી પાછું શરીરમાં ફરવા લાગે છે, અને તેથી શરીરના બધા લોહીને તે પોતાના જીવન વિનાના મુડદાલ-ઝેરી-લોહીથી બગાડી નાખે છે. આખા શરીરનું લોહી તેથી દૂષિત થાય છે. ડૉ. કીથે પોતાના 'સેવન સ્ટડીઝ ફોર યંગમેન' નામના પુસ્તકમાં આ બાબતના સપ્રમાણ પૂરાવાઓ આપેલા છે. માતાપિતાએ ખાસ યાદ રાખવું જોઇએ કે બાળકોમાં જનન-ઇન્દ્રિય સંબંધીની ખરાબીનો મૂળ પાયો પ્રથમ એ દિવસે નખાય છે, કે જે દિવસે તેમને જીવનમાં પહેલ વહેલી ઉત્તેજનાનો અનુભવ થાય છે. તેઓ તેને રમતની એક વસ્તુ સમજવા લાગે છે. પણ પછી એ રમતની સાથે કંઇ એવા 'રહસ્યો' જોડાઈ જાય છે, કે જેને પરિણામે અનેક યુવકોનાં જીવન બરબાદ થઇ જાય છે. તેમને સમજાવી

દેવું જોઇએ કે એ રમત તેમને કોઈ દિવસ ભારે રોવડાવશે. મારી પાસે સેંકડો પત્ર આવેલા પડેલા છે કે જેમાં જુવાન છોકરાઓ પોતાનાં પાછલા દિવસોને રૂએ છે. પરન્તુ અફસોસ, એ દિવસો તો ગયા–તે પાછા ફરનાર નથી, પણ તેમનાં એ આંસુઓથી હવે પછી આવનાર સંતાનો જરૂર સચેત થઇ શકે છે.

જનન–ઇન્દ્રિયના અગ્રભાગની ચામડી.

જનન–ઇન્દ્રિય તેના બહારના મુખ સુધી–અગ્ર ભાગ સુધી એક બારીક ત્વચાથી આચ્છાદિત થએલી છે. એ મુખથી–અગ્રભાગથી જરા આગળ વધેલી ચામડી તે જ અગ્રભાગની ચામડી છે. એ ચામડી જનન–ઇન્દ્રિયનાં અગ્રભાગને ઢાંકે છે. મુસલમાનો તથા યાહુદીઓમાં એ અગ્રભાગની ચામડીને કાપી નાખવી એક ધાર્મિક કર્તવ્ય સમજવામાં આવે છે. એ કામને તેઓ 'ખતના' અથવા 'સુન્નત' કહે છે. ઉત્તર હિંદમાં કેટલાક ચૂસ્ત હિંદુ પંડિતો લઘુશંકા (પિશાબ) કરવા જતી વખતે પણ સાથે પાણી લઇ જાય છે, અને જનન–ઇન્દ્રિયને સાફ કરી નાખે છે. કેટલાક લોકો એને માટે માટીનો ઉપયોગ કરે છે. લઘુશંકા પછી મૂત્ર–ઇન્દ્રિયને સાફ ન કરવાથી એ અગ્રભાગની ચામડીમાં લાંબે વખતે મેલ–કચરો એકઠો થઈ કેટલીક વખત ફોલ્લા–ફોલ્લી પણ ઉત્પન્ન થાય છે. અગ્રભાગની એ ચામડીનાં અંદરના ભાગની સપાટી પર અનેક નાની નાની ગ્રંથાઓ (ગ્લેન્ડઝ) હોય છે. એ ગ્રંથીઓમાંથી એક ખાસ પ્રકારનો સ્રાવ નીકળ્યા કરે છે–એટલે કે રસ ઝર્યા કરે છે. અગ્રભાગની એ ચામડીને

ઇન્દ્રિયના અગ્રભાગ પરથી ધીમેથી આઘી કરી અંદરથી નીકળતા સ્રાવને ધોઇ નાખવો જોઇએ. તેમ ન કરવામાં આવે તો એ સ્રાવ અંદર ભેગો થઇ ઉત્તેજના અને બેચેની પેદા કરે છે. કેટલીક વખત અગ્રભાગની ચામડી ઘણી તંગ હોવાથી પાછળની તરફ ખસતી નથી—એ અગ્રભાગ ખુલ્લો થઇ શકતો નથી; અને તેથી એ અગ્રભાગ જોઇએ તેવો સાફ થઇ શકતો નથી; કેટલાકની એ ચામડી વધારે લાંબી અને ચોટી રહેલી હોય છે. એ વખતે કોઇ હોશિઆર ડોક્ટર પાસે એ ચામડીને કાપી નખાવવી એ જ ઉચિત ઉપાય છે; કે જેથી ભવિષ્યમાં એ જનન સંબંધીની કેટલીક પીડાથી મુક્ત રહી શકાય. યદિ અગ્રભાગની ચામડીને ધીરેથી આઘી કરી અગ્રભાગને શુદ્ધ શીતલ જલથી ધોવામાં આવે તો નવયુવકોની પોણોસો ટકા જેટલી ફરિઆદો દૂર થાય. જનન—ઇન્દ્રિયના અગ્રભાગમાં શરીરના જ્ઞાનતન્તુઓ કેન્દ્રિત થાય છે—ભેગા થાય છે; અને તેથી એ અગ્રભાગને શીતલ જલથી ધોવામાં આવે તો તેની શીતલતા ઠેઠ મગજ સુધી પહોંચે છે. પરિણામે બાલકો અનુચિત ઉત્તેજનાથી દૂર રહી શકે છે.

મૂત્રમાર્ગ. (યુરિથ્રા.)

જનન—ઇન્દ્રિયમાંથી મૂત્રને નીકળવાનો જે માર્ગ તેનું નામ મૂત્રમાર્ગ છે. અંગ્રેજીમાં એ મૂત્રમાર્ગને 'યુરિથ્રા' કહે છે. આ મૂત્રમાર્ગ પણ જનન—ઇન્દ્રિયની પેઠે બે પ્રકારનાં કાર્ય કરે છે. એક મૂત્રાશય-માંથી મૂત્રને બહાર કાઢવાનું, અને બીજું વીર્યાશય (સેમિનલ વેસીકલ) માંથી વીર્યને બહાર કાઢવાનું. મૂત્રમાર્ગનાં આ બંને કામ એકી સાથે થતાં નથી. એ સમયમાં એક જ કામ મૂત્રમાર્ગ દ્વારા

થાય છે. મૂત્રમાર્ગ, એ મૂત્રાશય (બ્લેડર) માંથી શરૂ થાય છે, અને મૂત્ર વિસર્જન કરવાનું બહારનું છિદ્ર, ત્યાં આગળ પૂરો થાય છે. જેવી બારીક અને શ્લેષ્મ ત્વચા મ્હોં અને ગળાની અંદર હોય છે, તેવી જ બારીક અને શ્લેષ્મ ત્વચા મૂત્રમાર્ગના અંદરના ભાગમાં હોય છે. મૂત્રમાર્ગને ત્રણ વિભાગમાં આપણે વ્હેંચી શકીએ.

૧. જનન-ઇન્દ્રિયના બહારના મુખ આગળથી અંદરના ભાગમાં લગભગ ૬ ઇંચ સુધીની લંબાઇનો પહેલો ભાગ. એ ભાગમાં મૂત્રમાર્ગની ચારે તરફ સ્નાયુની એવી પેશીઓ આવેલી હોય છે, કે જેની મદદથી મૂત્ર, વીર્ય, અથવા અન્ય કોઈ શ્લેષ્મમય પદાર્થ સુગમતાથી મૂત્રમાર્ગ દ્વારા બહાર નીકળી શકે.

૨. મૂત્રમાર્ગની ૬ ઇંચ લંબાઈ પછીનો લગભગ એક ઇંચ જેટલો ભાગ, એ મૂત્રમાર્ગનો બીજો ભાગ. એ બીજો ભાગ પ્રોસ્ટેટ ગ્લેન્ડ સુધી ગએલો છે. એ ભાગની આસપાસ આવેલી માંસપેશીઓ બહારથી અંદર આવતા રોગ જન્તુઓને અટકાવવાનું, અને મૂત્રાશયમાંથી મૂત્ર બહાર નીકળવાના પડદા પર અંકુશ રાખવાનું કામ કરે છે.

૩. મૂત્રમાર્ગના બીજા ભાગની પછીનો લગભગ સવા ઇંચ જેટલો ભાગ, એ મૂત્રમાર્ગનો છેલ્લો ભાગ છે. એ છેલ્લો ભાગ પ્રોસ્ટેટ ગ્લેન્ડની વચ્ચેથી પસાર થાય છે; અને છેવટે મૂત્રાશયની સાથે તથા વીર્યવાહિની સાથે મળી જાય છે. એ ભાગ ચારે તરફથી પ્રોસ્ટેટ ગ્લેન્ડ વડે ઘેરાએલો હોય છે. પ્રોસ્ટેટ ગ્લેન્ડસની વચ્ચેથી પસાર થતા મૂત્રમાર્ગના આ છેલ્લા ભાગમાં લઘુશંકા અને જનન સંબંધી ઇચ્છાનાં જ્ઞાનતંતુઓનાં કેન્દ્ર આવેલાં છે.

મૂત્રમાર્ગનો બીજો ભાગ જ્યાં પૂરો થાય છે, તે ઠેકાણે બે પિંડ એટલે કે બે ગ્રંથી હોય છે. એને કૂપર ગ્લેન્ડસ કહે છે.

'કૂપર ગ્લેન્ડસ.'

મૂત્રમાર્ગની બંને બાજુએ મૂત્રમાર્ગના મૂળની એકદમ પાસે એ ગ્લેન્ડસ આવેલા છે. જ્યારે પુરુષને કામ–ઉત્તેજના થાય છે ત્યારે એ ગ્લેન્ડસમાંથી એક પ્રકારનો ચીકાશ પડતો પ્રવાહી નીકળે છે, અને મૂત્રમાર્ગમાં દાખલ થઇ જાય છે. એ પ્રવાહી ક્ષારયુક્ત હોય છે. મૂત્રનો એવો ગુણ છે કે વીર્યજન્તુઓ–સ્પર્મેટોઝુઆ–જો તેના સમાગમમાં આવે તો તરત તે મરી જાય છે. મૂત્રમાર્ગમાંથી મૂત્ર વારંવાર પસાર થતું હોવાને લીધે એ મૂત્રમાર્ગનો ગુણ પણ એવો થઇ જાય છે કે જેથી તેમાંથી વીર્યજન્તુઓ પસાર થતાં તે મરી જાય છે. પરન્તુ કૂપર ગ્લેન્ડસમાંથી ક્ષારયુક્ત ચીકણો રસ નીકળી મૂત્રમાર્ગમાં દાખલ થાય છે તેથી મૂત્રમાર્ગનો વીર્યજન્તુઓને નાશ કરવાનો ગુણ દબાઈ જાય છે. વીર્યજન્તુઓ તેથી જીવિત રહીને અંદરથી પસાર થઈ શકે છે. કૂપર ગ્લેન્ડસનો ક્ષારયુક્ત ચીકણો રસ વીર્યજન્તુઓને જીવિત રાખવાનું મુખ્ય કાર્ય કરે છે.

કેટલીક વખત કામ–ઉત્તેજના થતાં વીર્ય વિના એકલો કૂપર ગ્લેન્ડસનો પ્રવાહી મૂત્રમાર્ગમાં દાખલ થઇ બહાર નીકળી જાય છે. (વીર્ય કોને કહેવું એ આ જ પ્રકરણમાં આગળ બતાવેલું છે.) એ પ્રવાહી બહાર નીકળતાં નવયુવકો ગભરાય છે. તેમને ખબર પડતી નથી કે આ શું નીકળે છે. તેઓ એમ જ માનવા લાગે છે કે શરીરમાંથી વીર્ય નષ્ટ થઇ રહ્યું છે. તેઓ એકદમ ભડકે છે અને કોઇ વૈદ્ય–હકીમના શરણમાં

જાય છે. તે લોકો પણ શિકાર હાથમાં આવેલો હોવાને લીધે, તેમ જ સમ્ભવતઃ કાંઈ જાણતા પણ ન હોવાને લીધે એ બિચારા નવયુવકને બ્હીવડાવે છે. કદાચ કોઇ નવયુવાન એ યમદૂતોના હાથમાં સીધો જ નથી સપડાતો તો યાકુતિઓ, ગોળીઓ, ભસ્મો વગેરેની જાહેરખબરથી તે જરૂર જાળમાં આવે છે. જાહેરખબરની ભાષા એવી તો ખૂબી ભરેલી હોય છે કે એક માણુસ એવી દવાઓમાં શ્રદ્ધા ન રાખતો હોવા છતાં પણુ એક વખત તો એ દવાનો ગુણુ વાંચવાને લીધે લોભાય છે. એવી યાકુતિ, ભસ્મ આદિ દવાઓથી પરિણામે હાનિ સિવાય બીજું કાંઇ પણુ નથી. એટલું યાદ રાખવું જોઇએ કે સ્વયમ્ વીર્યનાશ થઇ જવો એ એમ ને એમ બેઠા બેઠા કદી પણુ બનતું નથી. કૂપર ગ્લેન્ડસના પ્રવાહીને વીર્ય સમજી ઘણા યુવકો ભય પામે છે.

પ્રોસ્ટેટ ગ્લેન્ડસ.

પ્રોસ્ટેટ ગ્લેન્ડસ એ નાની નાની ગ્રંથીઓ અને માંસ-પેશીઓ મળીને બનેલો છે. તે મૂત્રાશયની બરાબર નીચે અને ત્યાં આગળના મૂત્રમાર્ગની ચારે તરફ આવેલો છે. બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો મૂત્રમાર્ગનો છેલ્લો ભાગ પ્રોસ્ટેટ ગ્લેન્ડસ-માંથી પસાર થઇ મૂત્રાશયને મળેલો છે. સાધારણુ રીતે એ ગ્લેન્ડ દોઢ ઇંચ લાંબો અને સવા તોલાથી કંઇક વધારે વજ-નમાં હોય છે.

આ ગ્લેન્ડસ જનન–ક્રિયા સાથે ઘણો અગત્યનો સંબંધ ધરાવે છે. અંડકોષને કાઢી લેતાં આ ગ્લેન્ડસ પણુ આપોઆપ નાબૂદ થઇ જાય છે. આ ગ્લેન્ડસને શરીરમાંથી કાઢી લેવામાં આવે તો અંડકોષમાંથી ઉત્પન્ન થતા વીર્યકણુ–સ્પર્મેટોઝુઆ–વડે

સંતાનની ઉત્પત્તિ બીલ્કુલ થઇ શકતી નથી. જનન-ઇન્દ્રિયના અકુદરતી અને અતિ ઉપયોગથી વૃદ્ધાવસ્થામાં કેટલાકના એ ગ્લેન્ડસ વધે છે, અને તેથી મૂત્રમાર્ગમાંથી મૂત્ર પસાર થતાં અડચણ ઉભી થાય છે. એ ગ્લેન્ડસની અંદરનાં છિદ્રો, એ ગ્લેન્ડસની વચ્ચેથી પસાર થતા મૂત્રમાર્ગમાં મળેલાં હોય છે. કામ-ઉત્તેજના વખતે આ ગ્લેન્ડસમાંથી એક વિશિષ્ટ પ્રકારનો પ્રવાહી ઝરવા માંડે છે. અંડમાંથી નીકળતા વીર્યકણની સાથે એ પ્રવાહી મોટા પ્રમાણમાં મળી જઇ વીર્યનો જ એક ભાગ બની જાય છે. કૂપર ગ્લેન્ડસની પેઠે આ ગ્લેન્ડસ પણ કામ-ભાવ વખતે જ પોતાની અંદરથી સ્રાવ પેદા કરે છે. એ સ્મરણમાં રાખવું જોઇએ આ પ્રોસ્ટેટ ગ્લેન્ડસનો પ્રવાહી એ વીર્ય નથી.

લગભગ અઢી ઈંચ લાંબી અને અર્ધો ઈંચ પહોળી એવી એ વીર્યાશયની કોથળીઓ ગુદાસ્થાન અને મૂત્રાશયની વચ્ચે મૂત્રાશયની બંને બાજુએ આવેલી છે.

વીર્યાશય.
(સેમિનલ વેસિકલ્સ.)

અંડકોષમાંથી ઉત્પન્ન થતું વીર્ય એમાં ભેગું થાય છે. કામ-ઇચ્છા જાગ્રત્ થાય છે, ત્યારે કુપર ગ્લેન્ડસ અને પ્રોસ્ટેટ ગ્લેન્ડસમાં જેમ એક પ્રકારના પ્રવાહી-સ્રાવ-ઉત્પન્ન થઈ વીર્યની સાથે મળી જઇ વીર્યના જ એક ભાગ બની જાય છે, તે જ પ્રમાણે વીર્યાશયની અંદરની દિવાલમાંથી પણ તે વખતે એક પ્રકારનો પ્રવાહી ઉત્પન્ન થઇ વીર્ય સાથે મળી જાય છે. કામ-ભાવ વખતે નીકળતા વીર્યજન્તુઓને જીવિત સ્થિતિમાં રાખી તેમને તરાવતા તરાવતા બહાર લઇ જવા, એ મુખ્ય કાર્ય આ બધા પ્રવાહીઓનું છે.

આપણે આ ઠેકાણે વીર્યાશયની અંદરની દિવાલમાંથી નીકળતા પ્રવાહી વિષે જરા વધારે હકીકત જોઇએ.

વીર્યાશયમાંથી ઝરતો રસ એ એલ્બ્યૂમીન અને ક્ષારયુક્ત રસથી બનેલો છે. એનું મુખ્ય કામ વીર્યજન્તુઓને પુષ્ટિ આપવાનું છે. વીર્યજન્તુઓ કેટલીક વખત સ્ત્રીના જનન અવયવમાં સ્ત્રીના રજઃકણની—ઓવમની—વાટ જોતાં એમને એમ કેટલાક દિવસ સુધી પડયા રહે છે; જો વીર્યજન્તુ એકદમ સ્ત્રીના રજઃકણના સંબંધમાં આવી તેની સાથે મળી જાય તો તેથી સંતાન ઘણું સ્વસ્થ અને બલવાન્ પેદા થઇ શકે છે. પણ જ્યારે વીર્યજન્તુઓને સ્ત્રી—રજઃકણની પ્રતીક્ષા કરવી પડે છે, ત્યારે તેમને ટકી રહેવા માટે વીર્યાશયની દિવાલમાંથી ઝરતો રસ ઘણો ઉપયોગી થઇ પડે છે. એ પ્રવાહીમાંનું એલ્બ્યૂમીન અને પ્રોટીન વીર્યજન્તુઓને એટલે સ્પર્મેટોઝુઆને પુષ્ટિ આપે છે, અને ક્ષાર દ્રવ્ય ચેતનતા આપે છે.

વીર્યાશયમાં ભેગું થતું વીર્ય કાં તો શરીરના વિકાસ માટે–શરીરની ક્ષતિપૂર્તિ માટે શરીરમાં ખપી જાય છે, અને તેમ નહિ તો કામ–ઇચ્છાને લીધે શરીરની બહાર નીકળી જાય છે.

વીર્યાશયનું સ્થાન જાણ્યા પછી નાભિ અને જનનશક્તિનો કેટલો ઘનિષ્ટ સંબંધ છે તે સમજવું સહેલું થઇ પડશે. લગભગ વીર્યાશયની સીધી દિશામાં, બરડાની કરોડના હાડકા આગળ જનન–ક્રિયામાં ભાગ લેનાર અવયવોને નિયમિત રાખનાર જ્ઞાનતન્તુઓનું એક મોટું કેન્દ્રસ્થાન છે. એને અંગ્રેજીમાં 'લંબર પ્લેક્સસ' કહે છે. એટલા માટે જ હિંદુઓ સંધ્યા કરતી વખતે '**जन : पुनातु नाभ्याम्**'–અર્થાત્ પરમાત્મા અમારા નાભિ-સ્થાનમાં સ્થિત જનનશક્તિને પવિત્ર કરે, એ વાક્યનો નિત્ય ઉચ્ચાર કરે છે.

ઘણાઓને સ્વપ્નમાં વીર્યાશયમાંથી વીર્ય–સ્ખલન થાય છે, એને સ્વપ્નદોષ કહે છે. એનું મુખ્ય કારણ ગંદા સ્વપ્નોથી મન અને શરીર ઉત્તેજિત થઇ જાય છે, તે છે. એવા સ્વપ્નની વીર્યાશય પર એકદમ અસર થઈ વીર્ય–સ્ખલિત થઇ જાય છે. એનાથી બચવાનો સરસ રસ્તો એ છે કે માનસિક પવિત્રતા રાખવી. ધાર્મિક પુસ્તકોના તથા મહાપુરુષોનાં જીવનના મનનથી મનમાં ઉત્તમ વિચારો આવી ખડા થાય છે. ઉત્તમ પુસ્તકોના ચૂંટી કાઢેલા ફકરાઓને વારંવાર વાંચવા–મનન કરવા એ મનને પવિત્ર કરવાનો સર્વોત્તમ ને સિદ્ધ ઉપાય છે.

સ્વપ્નદોષનું કારણ કેટલીક વખત શારીરિક પણ હોય છે. આપણે ઉપર જોઇ ગયા કે વીર્યાશય એ મૂત્રાશય અને ગુદાની વચ્ચે આવેલું છે. રાત્રે સૂતી વખતે જો તે અવયવો મળ–મૂત્રથી ભરેલા હોય છે તો તેમની વચ્ચે આવેલા એ વીર્યાશય પર તેમનું દબાણ થાય છે, અને તેથી વીર્યાશય ઉત્તેજિત થઇ વીર્ય સ્ખલિત થઇ જાય છે. એટલા માટે જેમને સ્વપ્નદોષની ફરિઆદ હોય તેમને માટે એ ઉચિત ઉપાય છે કે તેમણે રાત્રે ભોજન ન લેવું અને સૂતા પહેલાં એ મળમૂત્રના બંને અવયવ–આંતરડું ને મૂત્રાશય–ખાલી કરી નાખવા, સાફ કરી નાખવા.

અંડકોષ. (સ્ક્રોટમ.)

અત્યાર સુધી ઉત્પાદક અવયવોનું વર્ણન ક્રમપૂર્વક કરવામાં આવ્યું છે, પરન્તુ હવે એ ક્રમને બાજુએ રાખી અંડકોષનું વર્ણન કરવું આવશ્યક લાગે છે. કેમકે એથી હવે પછીના બીજા અવયવોની હકીકત સમજવી સરલ થઇ પડે એમ છે.

જનન–ઇન્દ્રિયની નીચે આવેલી ત્વચાની કોથળીને અંડ-

કોષ કહે છે, એ ચામડી ઘણી નાજુક હોઈ તેમાં ચેતનાશક્તિ શરીરની બીજી ચામડી કરતાં વધારે છે. જો એ ચામડીની સ્વચ્છતા તરફ બેદરકાર બનવામાં આવે, તો તેમાં રોગજન્તુ-ઓને દાખલ થતાં વાર લાગતી નથી.

અંડકોષની અંદર જમણી ને ડાબી બાજુએ એક એક અંડ એટલે ગોળી હોય છે. અંગ્રેજીમાં એને 'ટેસ્ટીસ' કહે છે. એ બંને અંડની વચ્ચે એક બારીક ત્વચા આવેલી હોઇ એનાથી એ બંને અંડ અલગ અલગ થઇ ગએલા છે. અંડકોષ (સ્ક્રોટમ)ની સ્થિતિ પરથી માણસના આરોગ્યનું માપ કાઢી શકાય છે. બાલકો, અને સ્વસ્થ તથા બલવાન્ પુરુષોના અંડકોષ સંકોચાએલા રહે છે. ઠંડીની ઋતુમાં પણ એની સંકુ-ચિત સ્થિતિ રહે છે. તેથી ઉલટું ઘરડાઓ, ક્ષીણ, વીર્યહીન, અને નિર્બલ પુરુષોના અંડકોષ ઢીલા—લાંબા, અને નરમ થઇ જાય છે. ગરમીની ઋતુમાં પણ અંડકોષ ઢીલા રહે છે.

અંડકોષની અંદર વીર્યવાહિની રજ્જુદ્વારા બંને અંડ લટ-કતા રહે છે. એ રજ્જુ જમણી કરતાં ડાબી તરફ વધારે લાંબી હોય છે, અને તેથી જમણી કરતાં ડાબી તરફનો ભાગ જરા વધારે નીચે લટકતો રહે છે.

માતાના ગર્ભમાં રહેલા નર બાળકના અંડ પાંચથી આઠ મહીનાની વચ્ચે એ ગર્ભસ્થ બાલકના પેડુમાંથી નીચે ઉતરી અંડકોષમાં દાખલ થાય છે. તે પહેલાં તે પેડુની અંદર (એબ્ડોમિનલ કેવિ-ટીમાં) રહી પરિપક્વ થાય છે. કેટલીક વખત ગર્ભમાં બધો વખત અંડ એબ્ડો-મિનલ કેવિટીમાં જ રહે છે, અને બાલક અવતર્યા પછી નીચે સ્ક્રોટ-

અંડ.
(ટેસ્ટીસ.)

મમાં ઉતરે છે. કેટલીક અવસ્થામાં અંડ પેડુમાંથી બહાર નીકળી અંડકોષમાં આવતા નથી. તેનું પરિણામ એ આવે છે કે તેની વૃદ્ધિ અને કાર્યશક્તિ શિથિલ થઇ જાય છે. કોઇ વખત ફક્ત એક જ અંડ નીચે ઉતરે છે. પણ આ બધું અસ્વાભાવિક છે—અપવાદરૂપે છે.

અંડનો આકાર કંઇક ચપટો—અંડાકાર હોય છે. વજનમાં તે લગભગ પોણા ઔંસથી એક ઔંસ સુધી હોય છે. જમણી તરફનું અંડ ડાબા કરતાં મોટું ને ભારે હોય છે. આ ખાસ સ્મરણમાં રાખવું જોઇએ કે અંડની કાર્યશક્તિનો આધાર તેના આકાર પર નહિ, પણ શરીરના સ્વાસ્થ્ય પર રહેલો છે.

અંડની રચના.

દરેક અંડ અમુક વિશિષ્ટ પ્રકારની ગાંઠોના (લોબ્યૂલ્સના) સમૂહથી બનેલો છે. એ ગાંઠો ઘણી જ બારીક વાહિનીઓની જાળથી બનેલી હોય છે. વળી એ જાળ પણ અંદર અને બહારથી સૂક્ષ્મ રક્તવાહિનીઓથી આચ્છાદિત થએલી હોય છે. અંડની એ ગાંઠોમાં (લોબ્યૂલ્સમાં) જ વીર્યજન્તુઓ ઉત્પન્ન થાય છે.

વીર્યવાહિનીનો મૂળ ભાગ. (એપિડિડિમસ.)

અંડની અંદર ગાંઠો (લોબ્યૂલ્સ) કે જે ઘણી જ બારીક વાહિનીઓની જાળથી બનેલી છે, એ બધી વાહિનીઓ એકત્ર થઇને મોટી વાહિનીઓમાં મળે છે. એ મોટી વાહિનીઓ પણ એકત્ર થઇને તેનાથી વધારે મોટી વાહિનીમાં મળે છે. એને અંગ્રેજીમાં 'એપિડિડિમસ' કહે છે. એ અંડના ઉપલા અને નીચલા ભાગને ફરતી વીંટળાએલી હોય છે. અંડની વીર્યવાહિનીનો આ

મૂળ ભાગ–પ્રારંભિક ભાગ–છે. અંડમાંથી નીકળતા વીર્યજન્તુએ સૌથી પ્રથમ એમાં (એપિડિડિમસમાં) એકઠા થાય છે.

પુરુષમાં કામ–ઇચ્છા જાગ્રત્ થાય છે, ત્યારે એ ઉત્તેજનાથી અંડની અંદર વીર્યકણુ–સ્પર્મેટોઝુઆ–બનવા માંડી અનેક સૂક્ષ્મ વાહિનીઓમાંથી (નળીઓમાંથી) પસાર થઇ તે પ્રથમ એપિડિડિમસમાં આવે છે. આ એપિડિડિમસ એ ધોરી વીર્યવાહિનીનું મૂળ છે એમ ઉપર જણાવ્યું છે. એપિડિડિમસમાં આવેલા એ વીર્યજન્તુઓ ત્યાંથી ધક્કો ખાઇ ધોરી વીર્યવાહિની જેને અંગ્રેજીમાં 'વાસડેફરન્સ' કહે છે તેમાં જાય છે. વાસડેફરન્સ એ એપિડિડિમસ આગળથી આગળ વધતી વધતી ઉપર પેડુની અંદર છેક મૂત્રાશયની નીચેથી પસાર થઇ વીર્યાશયમાં (સેમિનલ વેસિકલ્સમાં) જઈ મળે છે. વાસડેફરન્સનો એટલે ધોરી વીર્યવાહિનીનો વ્યાસ લગભગ પેન્સીલના વ્યાસ જેટલો હોય છે, અને તેની કુલ લંબાઇ લગભગ ૨ ફુટ જેટલી હોય છે.

વીર્યવાહિની. (વાસડેફરન્સ.)

વાસડેફરન્સમાંથી વીર્યાશયમાં આવેલું વીર્ય બે નાની લગભગ પોણા–પોણા ઇંચની વીર્યવાહિનીઓ દ્વારા પસાર થઇ પ્રોસ્ટેટ ગ્લેન્ડસમાં આવેલા મૂત્રમાર્ગની (પિશાબની નળીની) અંદર દાખલ થાય છે; અને ત્યાંથી પછી એ મૂત્રમાર્ગ દ્વારા વીર્ય બહાર પડે છે.

વીર્યનું મૂત્રમાર્ગમાં દાખલ થવું.

કદાચ પ્રમેહ જેવો કોઈ રોગ ફેલાતો ફેલાતો પ્રોસ્ટેટ ગ્લેન્ડસ સુધી પહોંચી જાય તો ત્યાંથી નાની પોણા–પોણા ઇંચની વીર્યવાહિની દ્વારા એ રોગ સેમિનલ વેસિકલ્સમાં

(વીર્યાશયમાં), ત્યાંથી ધોરી વીર્યવાહિની (વાસડેફરન્સ) માં, ત્યાંથી એપિડિડિમસમાં, અને ત્યાંથી અંડની અંદર એમ સઘળા ઉત્પાદક અવયવોમાં એ રોગ ફેલાઇ જાય છે.

વીર્યજન્તુઓ. (સ્પર્મેટોઝુઆ.)

પુરુષમાં જ્યારે કામ-ઇચ્છા જાગે છે ત્યારે અંડમાં તેની ઉત્તેજના થઇ એ અંડની અંદર અમુક પ્રવાહી સાથે વીર્યજન્તુ ઉત્પન્ન થવા માંડે છે. ત્યાંથી ઉત્પન્ન થઈ એ જન્તુઓમય પ્રવાહી પછી ઉપર બતાવ્યા પ્રમાણે વીર્યવાહિનીમાં થઇને વીર્યાશયમાં પહોંચે છે; અને ત્યાંથી મૂત્રમાર્ગમાં થઇ શરીરની બહાર પડે છે. માર્ગમાં એ જન્તુમય પ્રવાહીમાં બીજા જુદી જુદી જાતના પ્રવાહી (જે વિષે આગળ આવી ગયું છે તે) ભળતા જાય છે.

વીર્યકણુને-સ્પર્મેટોઝુઆને-માથું અને પુછડી હોય છે. એ પુછડી તેના કદના પ્રમાણમાં વધારે લાંબી હોય છે. આગળ જોઇ ગયા પ્રમાણે તેનું કદ લગભગ ૧/૫૦૦ ઇંચથી ૧/૬૦૦ ઇંચ જેવડું હોય છે. સૂક્ષ્મદર્શકયંત્રની મદદથી જ તે જોઇ શકાય છે. વીર્યની અંદર એ સ્પર્મેટોઝુઆ તરતા રહે છે. નીરોગ પુરુષના એક વખતના વીર્યસ્ખલનમાં લગભગ ૨ થી ૫ કરોડ સ્પર્મેટોઝુઆ જોવામાં આવેલા છે. એ દરેક સ્પર્મેટોઝુઆમાં સ્ત્રીના રજ:કણુ સાથે મળીને એક નવું શરીર પેદા કરવાની શક્તિ હોય છે.

સ્પર્મેટોઝુઆ-વીર્યકણુ-અથવા વીર્યજન્તુઓ, સ્ત્રીનાં શરીરમાં દાખલ થતાં જ સ્ત્રી રજ:કણુની શોધમાં આમ તેમ દોડાદોડી કરવા મંડી પડે છે. એ દોડાદોડીમાં જેના સમાગમમાં રજ:કણુ આવે છે, તેની સાથે તે મળી જાય છે; અને તે વખતથી એક નવા બાળકની ઉત્પત્તિની શરૂઆત થવા માંડે છે. કદાચ

રજઃકણુ સ્ત્રીના ગર્ભાશયમાં તે વખતે તૈયાર ન હોય તો કેટલાક દિવસ સુધી સ્પર્મેટોઝુઆ ત્યાં જ તેની રાહ જોતા પડયા રહે છે; અને કેટલીક વખત તો ત્યાંથી આગળ વધી સ્ત્રીની ઓવરી (એટલે રજઃકણુ તૈયાર થાય છે તે જગ્યા) સુધી પહોંચી જાય છે. જો રજઃકણુ સાથે તેનો સમાગમ નથી થતો તો છેવટે તે બહાર નીકળી જાય છે. પુરુષના દરેક વીર્યજન્તુમાં તથા સ્ત્રીના દરેક રજઃકણુમાં પિતામાતાના ભિન્ન ભિન્ન ગુણ-ધર્મ, સ્વભાવ, શક્તિ, રંગ-રૂપ, આકાર, અને કેટલાક રોગ વગેરે તેના મૂળતત્ત્વ રૂપે રહેલા હોય છે. ટૂંકમાં દરેક વીર્ય-જન્તુ અને સ્ત્રી-રજઃકણુ માતાપિતાના દરેક ગુણ ધર્મ સ્વભાવ, શક્તિ વગેરેના એક પ્રતિનિધિ રૂપે છે. આ જ કારણથી એક જ માતાપિતાનાં સંતાનો એક જ કોટિનાં ન હોતાં ભિન્નભિન્ન ગુણ-સ્વભાવ-શક્તિનાં હોય છે. કોઇમાં અમુક ગુણવાળા વીર્ય-જન્તુનો વિકાસ થએલો હોય છે, તો કોઈમાં વળી બીજા જ ગુણના વીર્યજન્તુનો વિકાસ થએલો હોય છે. એ જ કારણથી કોઇ કોઈ વાર દાદા અને પૌત્રના ગુણોમાં સમાનતા જોવામાં આવે છે. વીર્યજન્તુના જે ગુણોનો વિકાસ પિતામાં નથી થયો તે ગુણોનો વિકાસ કોઈ વાર પુત્રમાં સંભવે છે.

વીર્યજન્તુ પર દારૂ વગેરે કેફી પદાર્થની અસર ઘણી ઝડપથી થાય છે. બીજા કોઇની ખાતર નહિ તો પોતાનાં હવે પછીનાં સંતાનની ખાતર તો એ વસ્તુઓ દરેકે છોડી દેવી જોઇએ.

આ વાત વાંચનારે સ્મરણમાં રાખવી ઘટે છે, કે એક વખત એક વીર્યજન્તુ રજઃકણુ સાથે જોડાઇ ગયા પછી બીજા વીર્યજન્તુઓની ત્યાં મુદ્દલ જરૂર હોતી નથી. **ગર્ભસ્થાનમાં બાલકની ઉત્પત્તિની શરૂઆત થવા માંડયા પછી ત્યાં બીજે વખતે વીર્યજન્તુઓની હાજરી એ ગર્ભના બાલ-**

કને લાભ નહિ પણ ઉલટી હાનિ પહોંચાડે છે. એ કારણથી ગર્ભ ધારણ થયા પછી સ્ત્રી–સમાગમથી પુરુષે સર્વથા દૂર રહેવું ઘટે છે, એ સમાગમ પોતાના ભાવિ સંતાનને નુકસાન પહોંચાડે છે.

મોટા મોટા વૈજ્ઞાનિકો કહે છે કે પુરુષના વીર્યજન્તુ ૨૫ વર્ષ પહેલાં અને સ્ત્રીનાં રજ:કણ સોળ વર્ષ પહેલાં પરિપક્વ થતાં નથી. એ ઉમ્મરની પહેલાં બાલવિવાહથી અથવા અન્ય કુચેષ્ટાઓથી પુરુષના મુખ્ય જ્ઞાનતંતુઓ પર સખ્ત આંચકો લાગે છે; અને તેથી શરીર ક્ષીણ થતું જાય છે. જે વીર્યકણો એક નવા જીવને ઉત્પન્ન કરવાની શકિત ધરાવે છે, તે વીર્ય-કણો જો શરીરની અંદર જ શોષાઇ જતા હોય તો માણસમાં શારીરિક, માનસિક, અને આત્મિક નવજીવનનો તે સંચાર કરી શકે છે.

ઘણા જ થોડા માણસો વીર્યજન્તુ અને વીર્ય એ એની વચ્ચેનો ભેદ સમજી શકે છે. અંડમાંથી ઉત્પન્ન થતા પ્રવાહી-યુક્ત વીર્યજન્તુઓ એ વીર્ય નથી.

વીર્ય કોને કહેવું ? પ્રોસ્ટેટ ગ્લેન્ડસ અને કૂપર ગ્લેન્ડસ-માંથી નીકળતો પ્રવાહી પદાર્થ એ પણ વીર્ય નથી. ત્યારે વીર્ય કોને કહેવું ? કામ–ઇચ્છા વખતે અંડ-માંથી નીકળતા પ્રવાહીયુક્ત વીર્યજન્તુઓ, વીર્યાશયમાંથી ઝરતો પ્રવાહી, અને પ્રોસ્ટેટ તથા કૂપર ગ્લેન્ડસમાંથી ઝરતા રસ, એ બધાના એકત્ર મળવાથી જે પ્રવાહી બને છે તે વીર્ય છે.

વીર્યનો રંગ દૂધીયો હોઈ તે કાંઇક ચિકાશદાર પ્રવાહી છે. તેની પ્રતિક્રિયા એટલે ખાસિઅત સહેજ આલ્કેલાઇન (ખારાશ પડતી) હોય છે. વીર્યનું રાસાયનિક પૃથક્કરણ કરતાં માલમ

પડેલું કે છે, કે તેમાં ફોસ્ફરસ અને કેલ્શિઅમ વધારે પ્રમાણમાં છે; કે જે બંને જીવન માટે અત્યંત આવશ્યક છે. એ જ કારણથી વીર્યનાશની શરીર પર ઘાતક અસર થાય છે. આ વીર્ય સંબંધી વિશેષ માહિતી આગળના એક પ્રકરણમાં આપેલી છે.

સ્ત્રીના ઉત્પાદક અવયવો.

જો કે આ પ્રકરણમાં પુરુષના ઉત્પાદક અવયવોનું જ વર્ણન કરવાનું છે એમ પ્રકરણની શરૂઆતમાં લખેલું છે, તેમ છતાં પણ આ વિષય સાથે સ્ત્રીઓના અવયવો સંબંધી કાંઈક લખવું આવશ્યક લાગે છે; અને તેથી તેનું ઘણું થોડું વર્ણન અહીં આપવામાં આવ્યું છે.

સ્ત્રીના જનન–અવયવો મોટે ભાગે પેડુમાં જ આવેલા છે. ગર્ભધારણ થવામાં જે જે અવયવો ભાગ ભજવે છે તેમાં બીજકોષ (ઓવરી), રજ:કણ (ઓવમ), ગર્ભસ્થાન (વુમ્બ), અને બીજાશય (ઓવરી)માંથી ગર્ભસ્થાનમાં રજ:કણને દાખલ થવાનો માર્ગ (ફેલોપિઅન ટયુબ) એ મુખ્ય ભાગ ભજવે છે.

ગર્ભસ્થાન(વુમ્બ).

પેડુની અંદર બરાબર વચ્ચેના ભાગમાં ગર્ભસ્થાન આવેલું છે. તેનો આકાર જામફળ જેવો હોઇ અંદરથી તે પોલું છે. એક નીરોગ અને પુખ્ત ઉમ્મરે પહોંચેલી સ્ત્રીના ગર્ભસ્થાનની લંબાઇ ૩ થી ૪ ઇંચ અને પહોળાઇ ૩ થી ૩।। ઇંચ જેટલી હોય છે. ગર્ભસ્થાન એ એક ઘણો સ્થિતિ-સ્થાપક સ્નાયુ છે. તેનું કદ આટલું બધું નાનું હોવા છતાં પણ તેની ભારે સ્થિતિસ્થાપક શક્તિને લીધે તે ગર્ભધારણનું કામ બીલકુલ અડચણ વિના કરી શકે છે; અને બાળક અવતર્યા પછી તેનું પાછું સંકોચન થઇ તે મૂળ સ્થિતિએ આવી જાય છે

ગર્ભાશયની બંને બાજુએ બે બીજકોષ (ઓવરી) હોય છે. જેમ પુરુષમાં બે અંડ હોઇ એ બંને વીર્યજન્તુ પેદા કરે છે, તે જ પ્રમાણે સ્ત્રીઓમાં બે બીજ

બીજકોષ (ઓવરી).

કોષ (ઓવરી) હોઇ તેઓ રજઃકણ (ઓવમ) તૈયાર કરે છે. પુરુષના અંડમાં જ્યારે કંઇ લાખો—કરોડો વીર્યજન્તુ દરરોજ પેદા થાય છે, ત્યારે સ્ત્રીની ઓવરીમાં દર મહીને ફક્ત એક જ, અને કોઇ વખત જ બે કે ત્રણ રજઃકણ તૈયાર થાય છે.

સ્ત્રીનું રજઃકણ એ ઇંડાના આકારનું હોઈ અત્યંત સૂક્ષ્મ એટલે લગભગ ૧/૧૨૦ ઇંચ જેવડું હોય છે. તેની વચ્ચોવચ એક બારીક સેલ અથવા કોષ હોય

રજઃકણ (ઓવમ).

છે, સ્ત્રી જ્યારે પુખ્ત ઉમ્મરે—સોળ વર્ષથી મોટી ઉમ્મરે પહોંચે છે, ત્યારે દર મહીને એક ઓવમ (રજઃકણ) સ્ત્રીની ઓવરીમાં પરિપકવ થઇ તૈયાર થાય છે. એ ઓવમ ઓવરીના પડમાં પરિપકવ થયા પછી સ્ત્રીના માસિક ધર્મ પહેલાં થોડા દિવસ અગાઉથી ઓવરીમાંથી બહાર નીકળી ગર્ભસ્થાનમાં જવા નીકળે છે.

ઓવરીમાંથી બે નળીઓ નીકળીને ગર્ભસ્થાનમાં ગએલી હોય છે. એ નળીઓની લંબાઇ લગભગ ૪–૫ ઈંચ જેટલી હોઈ તેનો અંદરનો માર્ગ એક વાળ

રજઃકણને ગર્ભ સ્થાનમાં લઇ જનારી નળીઓ. (ફેલોપિઅન ટ્યૂબ).

જેટલો બારીક પોલો હોય છે. ઓવરીમાંથી તૈયાર થએલું રજઃકણ એ બારીક નળીઓ (ફેલોપિઅન ટ્યૂબ) દ્વારા ગર્ભસ્થાનમાં આવી તેની અંદરની દિવાલ પર ચોટી જાય છે. લગભગ ૧૦–૧૨ દિવસ સુધી તે ગર્ભસ્થાનની દિવાલના પડ સાથે ચોટી રહે છે.

ઓવરીમાં પરિપકવ થએલું રજ:કણ સ્વાભાવિક રીતે પેલી ફેલોપિઅન ટયૂબ દ્વારા ગર્ભસ્થાનમાં આવી જાય છે. ત્યાં કોઇ પણ એક વીર્યજન્તુ સાથે તેનો સમાગમ થતાં ગર્ભધારણની ક્રિયા શરૂ થાય છે.

કોઇ વખત આકસ્મિક કારણોથી સ્ત્રી–રજ:કણનો ફેલોપિઅન ટયૂબ દ્વારા ગર્ભસ્થાનમાં જવાનો માર્ગ બંધ થઈ ગએલો હોય છે, અને તેની રજ:કણ ઓવરીની દિવાલ પર જ ચોટી રહે છે. એવી અવસ્થામાં જો વીર્યજન્તુ આગળ વધતા વધતા ઓવરીની અંદર દાખલ થઇ જાય, અને રજ:કણના સમાગમમાં આવે, તો ત્યાં ઓવરીમાં જ ગર્ભધારણ થઇ જાય છે.

તે જ પ્રમાણે કોઇ વખત રજ:કણ ઓવરીમાંથી નીકળતું નીકળતું ફેલોપિઅન ટયૂબની અંદર ચોટી રહે અને ગર્ભસ્થાનમાં પહોંચે નહિ, તો તેવી અવસ્થામાં પણ કોઇ વીર્યજન્તુ ત્યાં પહોંચી જઈ તેના સમાગમમાં આવે તો ત્યાં–ફેલોપિઅન ટયૂબમાં જ–ગર્ભધારણ થઇ જાય છે.

પરન્તુ જ્યારે આવા અકુદરતી સ્થાનોમાં ગર્ભધારણ થાય છે, ત્યારે માતાનું જીવન મોટા જોખમમાં મૂકાય છે. ઑપરેશન ક્રિયામાં હોશિઆર ડૉકટરની મદદથી માતા કેટલીક વખત બચી જાય છે.

અલબત્ત, આવા બનાવો જવલ્લે જ બને છે. દર વખતે રજ:કણ તેની સ્વાભાવિક જગા–ગર્ભસ્થાનમાં જ આવીને વસે છે. ગર્ભસ્થાન એ જ ગર્ભધારણનું કુદરતી સ્થાન છે.

ગર્ભસ્થાનમાં રજ:કણનો અને વીર્યજન્તુનો સમાગમ થયા પછી તેમાંથી બાલક કયા સિદ્ધાન્તે મોટું થાય છે, એની હકીકત પાછળ ત્રીજા પ્રકરણમાં આવી ગએલી હોવાથી અત્રે પુનઃ આપવામાં આવતી નથી.

પુત્ર કે પુત્રી થવાનું કારણ.

ડૉ. ડોસન કહે છે કે પુત્ર અથવા પુત્રીની ઉત્પત્તિ થવામાં પિતા નહિ પણ માતાનો જ પ્રભાવ પડે છે. એ ડૉકટર કહે છે કે જો સ્ત્રીના જમણા બીજકોષ-માંથી એટલે જમણી ઓવરીમાંથી રજઃકણ નીકળે, તો તેનાથી વીર્ય-જન્તુનો સમાગમ થઇ પુત્ર ઉત્પન્ન થશે, અને જો ડાબી ઓવરી એટલે ડાબા બીજકોષમાંથી રજઃકણ નીકળે તો તેનાથી વીર્યજન્તુનો સમાગમ થઇ પુત્રી ઉત્પન્ન થશે. દરેક મહીને એક ઓવરીમાંથી એક રજઃકણ નીકળે છે.

ધારો કે ૧૫ મી નવેમ્બર ૧૮૯૫ ને દિવસે પુત્રી ઉત્પન્ન થઇ, તો ગર્ભાવસ્થાના ૨૮૦ દિવસ તેમાંથી બાદ કરતાં ફેબ્રુઆરીના પહેલા અઠવાડીઆમાં ગર્ભ રહ્યો હોવો જોઇએ, એથી એમ સમજી શકાય કે ૧૮૯૫ ના ફેબ્રુઆરી માસમાં ઓવરીમાંથી નીકળેલું રજઃકણ એ ડાબી ઓવરીમાંથી નીકળ્યું હશે. અહીંથી હવે હિસાબ કરી શકીએ. જો એ ફેબ્રુઆરીમાં ગર્ભ ન રહેતાં માર્ચમાં રહેત, તો જમણી ઓવરીમાંથી રજઃકણ નીકળવાને લીધે પુત્ર ઉત્પન્ન થાત. એ જ પ્રમાણે પ્રથમ સંતાન જન્મ્યા પછી તે પછીના સંતાન માટે કહી શકાય કે એ પુત્ર થશે કે પુત્રી. એ સિદ્ધાન્તને આધારે ઇચ્છા-પૂર્વક સંતતિ પણ થઇ શકે.

પ્રકરણ ૫ મું

કિશોરઅવસ્થા, યૌવન અને પુરુષત્વ.

ચૌદ વર્ષની પહેલાં બાળકની શારીરિક ઉન્નતિમાં કોઇ વિશેષ પરિવર્તન થતું નથી. એ ઉમ્મર પછીથી તેના રહસ્યમય સમયનો પ્રારંભ થાય છે. પંદર વર્ષના બાલકના હૃદયના પાના પર લખાએલી ભાષા તેની આંખો કેમ જાણે રહી રહીને બોલતી હોય એમ દેખાય છે. બાલકદશા તે વખતે નિર્દોષતા ને સરલતાયુક્ત દેખાતી નથી, પરન્તુ કંઇક ભાવભરી દેખાય છે. તેના તરફ જોનારની સામે કેમ જાણે એ વાત કરતી હોય એવી લાગે છે—નવયુવકોના દીલના પડદા ખોલી ખોલીને એ જોનારની સામે રજુ કરે છે. તે વખતે કયો યુવક પોતાના દીલમાં ઉઠતા ભાવોને છુપાવવાનું ચાહતો નથી?

એ ઉમ્મરમાં માનસિક પરિવર્તન ઉપરાન્ત શારીરિક પરિવર્તન પણ બરાબર થવા માંડેલું હોય છે. એ બધાં પરિવર્તન પંદર વર્ષની આયુથી માંડીને પચ્ચીસ વર્ષની આયુ સુધીમાં થઈ ચૂકે છે. જીવનનો એ સમય અનેક રહસ્યોથી ભરેલો રહે

છે. એ પંદરથી પચ્ચીસના દસ વર્ષના ગાળામાં દરેક યુવકનું મસ્તિષ્ક અનેક ગુપ્ત–છુપી બાબતોને જાણવાને પોતે એકલું જ–કોઇ ન જાણે તેમ દોડયા કરે છે. એ દસ વર્ષના સમયના બે ભાગ પાડી શકાય છે. એક કિશોરઅવસ્થા, અને બીજી યુવાવસ્થા.

કિશોરઅવસ્થા ક્યારે ?

પંદર વર્ષની ઉમ્મરથી કિશોરાવસ્થા શરૂ થય છે. એ કિશોર અવસ્થામાં શારીરિક ફેરફારની શરૂઆત થઇ ચૂકે છે. બાલકોના ઉપલા હોઠની ઉપરનો ભાગ, દાઢી, અને જનનેન્દ્રિય પ્રદેશ આછા આછા વાળથી આચ્છાદિત થવા માંડે છે. તેમનો અવાજ કોમળ મટી ઘેરો થતો જાય છે. ઉત્પાદક અવયવો વિકાસ પામીને જીવનરસ–વીર્ય–ઉત્પન્ન કરવા મંડી પડે છે. બાલિકાઓમાં એ સમયે માસિક ધર્મની શરૂઆત માત્ર થવા માંડે છે. પરન્તુ એ બધી યુવાવસ્થાની એક શરૂઆત માત્ર છે. પૂરેપૂરા યુવક કે યુવતી તો તેઓ પૂરતા સમય પછી જ થઇ શકે છે. યુવાવસ્થાની શરૂઆતમાં કોઇ પણ પુરુષ લગ્નને લાયક ગણી શકાતો નથી. ડૉ. કોવન લખે છે, કે "કિશોરઅવસ્થાનો સમય એ લગ્ન–સમય છે એમ સમજવું મોટી ભૂલ છે. એ વખતે છોકરી લગ્નલાયક અને સંતાનોત્પત્તિને યોગ્ય થઇ ગઈ છે, એવી લોકોની માન્યતા પણ ભ્રમભરેલી છે. શરીરક્રિયા–વિજ્ઞાન પ્રમાણે લગ્ન હંમેશાં પૂરાં ઉન્ન શરીરના સ્ત્રી–પુરુષોની વચ્ચે જ થવાં જોઇએ. કિશોર-અવસ્થાની શરૂઆતમાં શરીરનાં હાડમાંસ પૂર્ણરૂપે ઉન્નત હોતાં નથી. એનો અર્થ એટલો જ કે ઉત્પાદક–તત્ત્વ પણ હજી બરાબર રીતે પરિપકવ થયું નથી."

કિશોરઅવસ્થાની પછી યુવાવસ્થાનું આગમન થાય છે.

બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો પંદરથી પચ્ચીસ વર્ષ સુધીની ઉમ્મરના આરંભકાળને કિશોરઅવસ્થા,

યુવાવસ્થા ક્યારે ?

અને એના સમાપ્તિ સમયને યુવાવસ્થા કહે છે. પંદર વર્ષની ઉમ્મર પછી બે-ત્રણ વર્ષ સુધી કિશોરઅવસ્થા ગણાય છે; અને તે પછીનો લગભગ સાત–આઠ વર્ષ સુધીનો સમય યુવાવસ્થામાં ગણાય છે. એ અવસ્થામાં દરેકે દરેક યુવકે શારીરિક અને માનસિક ધનને બને તેટલું ભેગું કરી લેવું જોઈએ. કારણ કે એ સમય એ ધનને ભેગું કરવાનો જ છે. યદિ એ ધન મેળવવાનો સમય હાથમાંથી ગયો, તો તે પછીના ધન વિનાના—મુડી વિનાના જીવનવ્યાપારમાં દેવાળા સિવાય બીજી કંઈ પણ આશા રાખવી વ્યર્થ છે.

કિશોર અને યુવાવસ્થા કોઈને વહેલી તો કોઈને મોડી શા માટે ?

કિશોરઅવસ્થાનો આરંભ હંમેશાં પંદર વર્ષની ઉમ્મરથી જ, અને યૌવનનો છેડો પચ્ચીસ વર્ષની ઉમ્મરે જ આવે છે એવો કોઈ ચોક્કસ નિયમ નથી. એના પર ભોજન, વસ્ત્ર તથા માણસની રહેણી-કરણીની ભારે અસર થાય છે. જળ વાયુનો પ્રભાવ પણ તેના પર કાંઇ ઓછો નથી પડતો. ગામડામાં સાદું-પરિશ્રમભર્યું જીવન વ્યતીત કરનાર બાલકમાં કિશોરઅવસ્થા મોડી આવે છે, અને એનાથી ઉલટું ભોગવિલાસી–સંયમ વિનાનું જીવન ગુજારનાર બાલકો નાની ઉમ્મરમાં જ દાઢી—મૂછવાળા મરદ બનવા માંડે છે. કિશોર અવસ્થાનું તેના કુદરતી સમય પહેલાં આવવું, એ જોખમ-ભરેલું છે. આશાથી અધિક ચાલાક બાલક સંદેહની વસ્તુ છે.

કામ-ઇચ્છા જલદી જાગ્રત્ થવી એ જીવનને ભયસમાન છે. ઋતુમાં કુદરતી રીતે પાકેલું ફળ એ જ ખરૂં ફળ છે. પકાવીને તૈયાર કરેલા ફળનું માધુર્ય માર્યું જાય છે. માતાપિતા, ગુરુજનો આ બાબતમાં જેટલું ધ્યાન આપે એટલું ઓછું છે.

શરીરમાં આવેલી ગ્રન્થીઓ (ગ્લેન્ડસ) વિષે થોડી માહિતી.

હવે આપણે એ જાણવું જોઇએ, કે પંદરથી પચ્ચીસ વર્ષની ઉમ્મરના દસ વર્ષના ગાળામાં માણસના શરીર અને મનમાં જે અજબ ફેરફાર થવા માંડે છે, તેનું કારણ શું? એવાં ક્યાં રહસ્યમય કારણો છે, કે જેથી એક બાલક પ્રથમ 'કિશોર', પછી 'યુવા', અને છેવટે 'પુરુષ' બની જાય છે?

આ પ્રશ્નના ઉત્તર માટે આપણે પ્રથમ શરીરમાં રહેલી ગ્રન્થીઓ-ગ્લેન્ડસ-વિષે થોડી માહિતી જાણવી પડશે.

શરીરક્રિયા-વિજ્ઞાનના મોટા વિદ્વાનોએ કરેલી શોધો પરથી આપણે જાણી શકીએ છીએ, કે શરીરને જીવિત રહેવામાં શરીરની અંદર આવેલી ગ્રંથીઓનો રસ ઘણો અગત્યનો ભાગ ભજવે છે. શરીરમાં અનેક નાની-મોટી ગ્રંથીઓ છે. એ બધી ગ્રંથીઓ પોતાની અંદરથી જુદી જુદી જાતના રસ એટલે કે સ્રાવ ઉત્પન્ન કરે છે. એ રસ શરીરની અંદરના ભિન્ન ભિન્ન અવયવોની સપાટી પર અથવા શરીરની બહારની સપાટી (ચામડી) પર ઝરે છે.

ઉદાહરણ તરીકે મોઢામાં આવેલી ગ્રંથીઓ (સેલિવરી ગ્લેન્ડસ) લાળ પેદા કરે છે. એનાથી નિરંતર મોઢુ ભીનું રહે છે; અને ખોરાકનું અમુક તત્ત્વ મ્હોંની અંદર જ એ લાળ

જોડે મળી જઇને પચી જાય છે. જો એ ગ્રંથીઓ ન હોય તો જીવવું મુશ્કેલ થઇ પડે. જઠરમાં પણ તેની અંદરની દિવાલમાં નાની નાની ગ્રંથીઓ આવેલી છે, કે જે ભોજન કરતી વખતે જઠરરસ (ગેસ્ટ્રીક જ્યૂસ) ઉત્પન્ન કરી ખોરાકને પચાવે છે. કાળજું પણ એક મોટી ગ્રંથી છે, અને તે પિત્તરસ પેદા કરે છે. પેન્ક્રિયાસ પણ એક ગ્રંથી છે. તે જ પ્રમાણે અંડ (ટેસ્ટિ-કલ્સ) પણ રસ પેદા કરનાર ગ્રંથીઓ જ છે. એ બધા રસ શરીરની સ્થિતિ, અને વૃદ્ધિ-વિકાસમાં મુખ્ય ભાગ ભજવે છે. આ બધી ગ્રંથીઓ અનેક ઝીણી ઝીણી નળીઓ (ડક્ટ) ના એકત્ર મળવાથી બનેલી હોય છે.

શરીરક્રિયા–શાસ્ત્રના નિષ્ણાતો હમણા સુધી એમ માનતા હતા, કે શરીરમાં જે જે ગ્રંથીઓ છે તેમાંથી અમુક અમુક જાતના રસ પેદા થાય છે; અને એ રસ ગ્રંથીમાંની બારીક નળીઓ (ડક્ટ)દ્વારા ગ્રંથીમાંથી બહાર પડીને શરીરની અંદ-રના કોઈ અવયવની સપાટી પર, અથવા શરીરની બહારની સપાટી પર (ચામડી પર) ઝર્યા કરે છે. એ રસ ઝરતો અટકે તો તેથી શરીર ભારે જોખમમાં મૂકાય છે–મૃત્યુ જ સામે દેખાય છે. જઠરરસ જો જઠરમાંથી ઝરે નહિ તો ખોરાક મુદ્દલ પચે નહિ. એવી સ્થિતિમાં માણસ કેટલો વખત જીવી શકે? ચામડીની નીચે આવેલી બહુ બારીક ગ્રંથીઓ કે જે લોહીમાંથી નકામો કચરો પરસેવા રૂપે શરીરની બહાર કાઢ્યા કરે છે, તે પરસેવો પેદા કરવાનું કામ એ ગ્રંથીઓ કરતી બંધ પડે તો શરીર કેટલા વખતનું મ્હેમાન રહી શકે? જીવન જોતજોતામાં ખતમ થઈ જાય. આ જ પ્રમાણે દરેક જાતની ગ્રંથીઓ જે જાતજાતના રસ પેદા કરે છે તેને માટે સમજી લેવું.

પરન્તુ શરીરક્રિયા–શાસ્ત્રમાં જેમ જેમ નવી નવી શોધો

થતી ગઈ, તેમ તેમ શરીરની અંદરની ગ્રંથીઓ વિષે પણ બીજું કેટલુંક નવું જ્ઞાન બહાર આવતું ગયું. ઉપર જણાવવા પ્રમાણે આજ સુધી નળીઓની બનેલી–એટલે કે નલિકામય ગ્રંથીઓની જ ડૉક્ટરોને માહિતી હતી, બીજી કોઈ જાતની ગ્રંથી તેઓને શરીરમાં માલમ પડી ન હતી. પરન્તુ અત્યારે એવી જાતની ગ્રંથીઓ શરીરક્રિયા–શાસ્ત્રના વિશારદોને માલૂમ પડેલી છે, કે જેમાં મુદ્દલ નળીઓ જ નથી. તે ગ્રંથીઓ કામ કરે છે નલિકામય ગ્રંથીઓના જેવું જ. નલિકામય ગ્રંથીઓ રસ પેદા કરે છે, ત્યારે આ નલિકારહિત ગ્રંથીઓ પણ રસ પેદા કરે છે. તેઓમાં ફેર હોય તો તે ફક્ત આટલો જ છે, કે નલિકામય ગ્રંથીઓ રસ પેદા કરી કોઇ અવયવની સપાટી પર દશ્યરૂપે રસ કાઢે છે, ત્યારે નલિકારહિત ગ્રંથીઓ રસ પેદા કરી અદશ્યરૂપે એ રસને સીધો લોહીની અંદર જ મોકલી આપે છે. ઉદાહરણ તરીકે ગળામાં આવેલી 'થાઇરોઇડ' ગ્રંથી અને પેડુમાં આવેલી 'એડ્રિનલ' ગ્રંથી એ નલિકારહિત ગ્રથીઓ છે. એવી ગ્રંથીઓ 'ડક્ટલેસગ્લેન્ડસ' એટલે 'નલિકારહિત ગ્રંથીઓ' તરીકે ઓળખાય છે.

નલિકામય ગ્રંથીઓનો રસ (એટલે કે સ્રાવ) તેમની નલિકાઓ દ્વારા એ ગ્રંથીઓમાંથી બહાર નીકળીને શરીરની અંદરના કે બહારના ભાગની સપાટી પર દશ્ય રૂપે ઝરે છે, તેથી એ રસઝરણને 'બહિસ્રાવ' કહે છે. નલિકારહિત ગ્રંથીઓનો રસ (એટલે કે સ્રાવ) નલિકાઓ વિના એમ ને એમ સીધો જ શરીરની અંદર ખપી જાય છે–મળી જાય છે, તેથી એ સ્રાવને 'અન્તઃસ્રાવ' કહે છે. બહિઃસ્રાવને અંગ્રેજીમાં 'એક્સટરનલ સિક્રિશન', અને અન્તઃસ્રાવને 'ઇન્ટરનલ સિક્રિશન' કહે છે.

આ ઉપરની બંને પ્રકારની ગ્રંથીઓ સિવાય ત્રીજા પ્રકારની એવી પણ ગ્રંથીઓ શરીરમાં છે, કે જે અન્તઃસ્રાવ અને બહિઃસ્રાવ બંને પ્રકારનું કાર્ય કરે છે.

ટૂંકામાં શરીરક્રિયા–વિજ્ઞાન વિશારદોનું એ કથન છે કે શરીરમાં ત્રણ પ્રકારની ગ્રન્થીઓ કામ કરે છે. એક ફક્ત અન્તઃ સ્રાવ કરે છે, જેવી કે થાઇરોઇડ, એડ્રિનલ વગેરે; બીજી ફક્ત બહિઃસ્રાવ કરે છે, જેવી કે મ્હોંમાં આવેલી લાળ ગ્રન્થીઓ, જઠરમાં આવેલી ગ્રન્થીઓ વગેરે; અને ત્રીજી અન્તઃસ્રાવ અને બહિઃસ્રાવ બંને પ્રકારનું કામ કરે છે, જેવી કે કલેજું, પેન્ક્રિયાસ (પેટમાં સહેજ ડાબી તરફ આ ગ્રંથી આવેલી છે), અને અંડગ્રંથીઓ (ટેસ્ટિકલ્સ).

શરીરની ગ્રન્થીઓ વિષે આટલી સહેજ માહિતી મેળવી હવે કિશોર અવસ્થામાં માનસિક અને શારીરિક પરિવર્તન કેમ થાય છે તેનો વિચાર કરીએ.

કિશોર અવસ્થામાં માનસિક અને શારીરિક પરિવર્તન થવું, એ અંડગ્રંથીઓના અન્તઃસ્રાવ અને બહિઃસ્રાવને જ આભારી છે. તે વખતે કદાચ્ અંડગ્રંથીઓને કાઢી લેવામાં આવે તો પુરુષત્વ આવતું અટકી પડે છે. એક જ વંશને એક જ ઉમ્મરનાં બે વાછરડાં લઇ તેમાંથી એકની અંડગ્રન્થીઓ કાપી નાખવામાં આવે, અને બીજાની એ ગ્રન્થીઓ સ્વાભાવિક રીતે વધવા દેવામાં આવે તો એક વર્ષની અંદર બંને વચ્ચે ભારે અંતર સ્પષ્ટ રીતે

અંડગ્રંથીઓને (ટેસ્ટિકલ્સને) કાપી નાખવાનું પરિણામ.

માલમ પડી આવશે. જેની અંડગ્રંથીઓનું છેદન નહિ કર્યું હોય તેનું શરીર પૂર્ણ રીતે વિકસિત, શક્તિશાલી અને ઉછળતા ઉત્સાહથી ભરપૂર હશે. પરન્તુ બીજી તરફ તેના સાથીને જોઇશું તો તેની ગરદન નાની, શીંગડાં નાનાં નાનાં, માથા પર વાળ જરા જેટલા, અને ચહેરો ગભરૂ જેવો ને નિર્બલતાભર્યો માલમ પડશે. એ જ સ્થિતિ ઘોડાની પણ થશે. જો એક ઘોડાના અંડનું છેદન નથી કરવામાં આવતું, તે કુદરતી રીતે પૂર્ણપણે વધે છે, તો એ ઘોડાની ખુમારી કોઇ જુદી જ જાતની હોય છે. તેની મોટી ને સુંવાળી ગરદન, તે પર ઝુલતા વાળ, પરિપુષ્ટ શરીર, લાંબુ કદ, અને તેની બાંકી ચાલ જોઇને રાજાઓનું દીલ પણ તેના તરફ લોભાય છે. તેના શરીરની સ્ફૂર્તિ, તેનો રૂવાબદાર ચહેરો, તેનો મસ્ત થનગનાટ અને તેની તેજસ્વી આંખો કોને લોભાવતા નથી ? બીજી તરફ એક ટટ્ટુને પણ આપણે જોઇએ છીએ. જ્યાં ત્યાં લાતો લગાવતું એ ભટકયા કરે છે. આ બંને પ્રાણી બીલકુલ જુદા જુદા જીવનમાર્ગ પર ચાલીને ઉન્નત કે અવનત થએલા છે. ઘોડાનું બલવાન્ હોવાનું મુખ્ય કારણ તેની અંડગ્રંથીઓ તેના શરીરમાં હોવી તે છે, અને ટટ્ટુનું કમજોર હોવાનું મુખ્ય કારણ તેની અંડગ્રંથીઓ ન હોવી તે છે.

આગલાં વખતના મુસલમાન બાદશાહો પોતાની બેગમોના જનાનખાનામાં કામકાજ કરવાને નપુંસક પુરુષોને રાખતા હતા. જ્યારે એવા કામકાજ કરનારાઓની વધારે જરૂર પડતી ત્યારે નાના નાના છોકરાઓના અંડ—છેદન કરી તેમને એ કામને માટે તૈયાર કરી દેવામાં આવતા હતા. ડૉ. ફૂટ લખે છે, કે "ઇટાલિમાં અઢારમી સદીમાં લગભગ ચાર હજાર

છોકરાઓના અંડ પ્રતિવર્ષે કાપી નાખવામાં આવતા હતા. એટલા જ માટે કે તેમ કરવાથી તેઓ ગાવા–બજાવાનું કામ સરસ રીતે કરી શકી જનતાને ખૂશ કરી શકે. એ છોકરાઓનું પુરુષત્વ નાશ પામતું, તેમનો પુરુષત્વભર્યો તીખો અવાજ પછી નહોતો રહેતો; અને તેઓ સ્ત્રીઓના કોમળ સુરની માફક ગાઇ શકતા." અંડગ્રંથીઓના અન્તઃસ્રાવથી જ (ઇન્ટરનલ સિક્રિશનથી જ) પુરુષોમાં પુરુષત્વ, અને બીજકોષ (ઓવરી) માંની ગ્રંથીઓના સ્રાવથી જ સ્ત્રીઓમાં સ્ત્રીત્વ આવે છે. પુરુષના અંડ કાઢી લેવામાં આવતાં તેનામાં સ્ત્રીના ગુણ આવી જાય છે, અને સ્ત્રીનાં બીજકોષ (ઓવરી) કાઢી લેવામાં આવતાં તેનામાં પુરુષને મળતા ગુણ આવી જાય છે.

સ્ત્રી અને પુરુષ એ બંનેનો વિકાસ તેમના બીજકોષ અને અંડગ્રંથીઓ વડે જ થાય છે. એ ગ્રંથીઓ જેટલે દરજ્જે પુષ્ટ અથવા ક્ષીણ, તેટલે દરજ્જે માણસ પણ પુષ્ટ અથવા ક્ષીણ. કેટલાક ડૉકટરોના મત પ્રમાણે વૃદ્ધાવસ્થા આવવાનું કારણ એ ગ્રંથીઓમાં આવતી ક્ષીણતા છે. અમેરિકામાં એવી જાતના પ્રયોગો થઇ રહ્યા છે, કે જેમાં એક વ્યક્તિની અંડગ્રંથીઓ તેના શરીરમાંથી કાઢી બીજાના શરીરમાં જોડી દેવામાં આવતાં તેની આખી જીવનક્રિયા ફરી જાય છે. જો આ વાત સત્ય છે, તો પ્રાચીનકાળના ઋષિઓનું આ કથન, કે "**ब्रह्मचर्येण देवा मृत्युमुपाघ्नत**"–એટલે કે બ્રહ્મચર્ય વડે મૃત્યુને જીતી શકાય છે, એ તદ્દન સત્ય કથન છે. શરીરક્રિયા–વિજ્ઞાનની દૃષ્ટિએ બ્રહ્મચર્યનો અર્થ એ જ થાય છે કે અંડગ્રંથીઓને સ્વસ્થ–નીરોગ રાખવી. કુચેષ્ટા અને ગંદા વિચારોથી એ ગ્રંથીઓ ક્ષીણ થવા માંડે છે.

ઉપર કહેવાઇ ગયું છે કે અંડગ્રંથીઓ બે પ્રકારના સ્રાવ

પેદા કરે છે. એક અન્તઃસ્રાવ અને બીજો બહિઃસ્રાવ. આ એમાં અન્તઃસ્રાવ બાલ્યાવસ્થામાંથી–અરે, કહો કે જન્મથી જ શરૂ થાય છે. એ અન્તઃસ્રાવ શરીરમાં ખપી જઈ શરીરને હૃષ્ટ–પુષ્ટ બનાવે છે. બહિઃસ્રાવ તો જ્યારે વીર્યજન્તુઓ મોટી ઉમ્મરે પરિપકવ થાય છે, ત્યારે જ શરૂ થાય છે. તે પહેલાં જો શરૂ થાય તો તે કુદરત વિરુદ્ધના વિહાર–વર્તનથી જ શરૂ થાય, સ્વાભાવિક રીતે નહિ. એ બહિઃસ્રાવ પ્રજનનક્રિયામાં ઉપયોગી છે.

અંડગ્રંથીના અન્તઃસ્રાવનું અદ્ભુત મહત્ત્વ.

બાલ્યાવસ્થામાંથી જ અંડગ્રંથીઓની અંદરથી ઉત્પન્ન થતો અન્તઃસ્રાવ 'લિમ્ફ' અને લોહી દ્વારા શરીરમાં સમાતો જાય છે–મળતો જાય છે. એની જ મારફતે તે મસ્તિષ્ક અને કરોડ રજ્જુ (સ્પાઇનલ કોડ)માં પહોંચી સમગ્ર શરીરને એક અપૂર્વ શક્તિ આપે છે. એ જ અન્તઃસ્રાવના કારણથો એક ઘોડો, બળદ, અને પહેલવાન એક બીજાને ટક્કર મારે એવી શક્તિ ધરાવે છે. જો એ અન્તઃસ્રાવ નિરન્તર થતો રહી શરીરમાં ખપતો જાય, તો શરીરના અંગેઅંગનો સમવિકાસ થાય છે. એક બેડોળ ચહેરો પણ સુંદર દેખાય છે. જેમનામાં એ ગ્રંથીઓ નથી હોતી, અથવા ક્ષીણ થઇ ગએલી હોય છે તેમનો શારીર-વિકાસ અટકી પડે છે. માણસ જ્યારે કામ–ભાવના વિચારો સેવે છે, શૃંગારિક વાર્તાઓમાં રાચે છે, ઉત્તેજક દશ્યો જુએ છે, ત્યારે અંડગ્રંથીઓના અન્તઃસ્રાવમાં ખલેલ પહોંચે છે, અને બહિઃસ્રાવ ચાલુ થાય છે; અથવા જો બહિઃસ્રાવ ચાલુ હોય છે તો તેમાં વધારો થાય છે. તે જ પ્રમાણે જનન–અવયવના દુરુપયોગથી પણ અન્તઃસ્રાવમાં ખલેલ પહોંચે છે. એમ થવાથી

અંડગ્રંથીઓ પોતે પણ ક્ષીણ થવા માંડે છે. એનું પરિણામ એ આવે છે કે શારીરિક, માનસિક, અને આત્મિક શક્તિનો હ્રાસ થાય છે. કામ–ઇચ્છા પેદા થવાથી અંડગ્રંથીઓ બહિઃસ્રાવ કરવા મંડી પડે છે, અને એ બહિઃસ્રાવ અન્તઃસ્રાવની ક્રિયાને અટકાવે છે. શરીરનું ખરૂં ભોજન અંડગ્રંથીઓનો એ અન્તઃસ્રાવ છે. એ ભોજનની ઉત્પત્તિ થતી અટકી એટલે શરીરની ઉન્નતિ પણ અટકી. એ અન્તઃસ્રાવની જ ચમક સંતો અને મહાત્મા-ઓના ચહેરા પર ચમકે છે. આખા શરીરમાં એ નવજીવનનો સંચાર કર્યા કરે છે–પુરુષત્વને ઉત્પન્ન કરે છે. આયુર્વેદમાં એ અન્તઃસ્રાવને જ ' ઓજસ્ ' કહેવામાં આવેલું છે. બહિઃસ્રાવને માટે તો ' શુક્ર '—' વીર્ય '—અથવા ' રેતસ્ ' શબ્દ વપરાય છે. જો બહિઃસ્રાવ ન થાય તો એ જ તત્ત્વ અન્તઃસ્રાવ રૂપે શરીરમાં ખપી જઇ શરીરને કાન્તિમાન્ ને ઓજસ્વી બનાવી દે છે. બહિઃસ્રાવ થવા માંડે એટલે માણસની તેજઃકળા ઘટવા માંડે છે.

બહિઃસ્રાવ (એટલે વીર્ય) શરીરની બહાર કઇ કઇ રીતે નીકળે છે ?

ઉપર્યુક્ત પ્રમાણે અંડગ્રંથીઓનો અન્તઃસ્રાવ જન્મની સાથે જ શરૂ લઇ જાય છે, અને બહિઃસ્રાવ જ્યારે વીર્યજન્તુઓ (સ્પર્મેટોઝુઆ) પરિપકવ બને છે ત્યાર પછીથી થવા માંડે છે. યુવાવસ્થા આવ્યા પછી–પચ્ચીસ વર્ષની ઉમ્મર પછી–બહિઃસ્રાવ કુદરતી રીતે ધીમે ધીમે થવા માંડે છે. એ બહિઃસ્રાવ (વીર્ય) ઘણા જ થોડા પ્રમાણમાં વીર્યાશયમાં (સેમિનલ વેસિકલમાં) સંચિત થવા માંડે છે. તેમાં સંચિત થઇને કાં તો એ સ્રાવ શરીરની અંદર સમાતો જાય છે–ખપતો

જાય છે, અને તેમ નહિ તો વીર્યાશય ભરાઇ જવાથી તે શરીરની બહાર નીકળવાની કોશીશ કરે છે. એ બહિઃસ્રાવનું બહાર નીકળવું ત્રણ પ્રકારે બને છે.

૧. માણસની પોતાની ઇચ્છાથી તે બહાર નીકળે છે. વીર્યાશય ભરાઇ જવાથી પુરુષ કામચેષ્ટાઓ દ્વારા વીર્યનાશ કરી નાખે છે. આ ખાસ સ્મરણમાં રાખવું જોઇએ કે ફક્ત ગૃહસ્થાશ્રમીઓ જ (પરણેલાઓ જ) **ઉચિત સમયે** પોતાની ઇચ્છાથી વીર્ય–સ્ખલન કરી શકે છે. એ સિવાય બીજા કોઇ પણ પ્રકારે વીર્ય જેવા અતિમૂલ્ય પદાર્થને ગુમાવી દેવો એ આત્મઘાત કરવા સમાન છે.

૨. વીર્ય આપોઆપ–પોતાની મેળે જ નીકળી જાય છે. વીર્યાશય એવી રીતે આવેલું છે કે એની એક તરફ ગુદા અને બીજી તરફ મૂત્રાશય છે. એ બંને અવયવ ભરાઇ જવાથી વીર્યાશય પર એટલું દબાણ થાય છે, કે જેથી વીર્ય સ્ખલિત થઇ જાય છે. જેમને એ પ્રકાની ફરિઆદ હોય તેમણે પેટ સાફ રહે તેમ કરવું જોઇએ–કબજીઆત દૂર કરવી જોઇએ. દસ્ત વખતે જોર ન કરવું. એવે વખતે કોઇ સાચા વૈદ્ય–ડૉક્ટરની સલાહ જરૂર લેવી જોઇએ. કેમકે એવી રીતે વીર્યસ્ખલન થઇ જવું એ રોગસૂચક છે.

૩. વીર્યાશય ભરેલું હોય છે ત્યારે ઉંઘમાં કોઈ ગંદા સ્વપ્ન આવવાથી વીર્યપાત થઇ જાય છે. આને ‘ સ્વપ્નદોષ ’ કહે છે. વીર્યાશય ભરેલું ન હોય–વીર્યનો સંચય તેમાં ઓછો હોય–તોપણ દિવસે ગંદા વિચારોમાં મન ભમવાથી, શૃંગારિક નવલકથાઓની ઉત્તેજક છાપ મન પર પડવાથી, દિવસે ભેગા થએલા એ બધા ગંદાં વિચારો ઉંઘમાં સ્વપ્નની અંદર કામની ઉત્તેજના પેદા કરે છે; અને તેથી વીર્યસ્ખલન થઇ જાય છે.

આપણે આ પરથી એમ કહી શકીએ કે સ્વપ્નદોષ મુખ્ય બે કારણથી થાય છે. કાં તો વીર્યાશય ભરાઇ જવાથી થાય છે, અને કાં તો ગંદા સ્વપ્નોની ઉત્તેજનાથી વીર્યસંચય ઓછો હોય તો પણ થઈ જાય છે. ગંદા સ્વપ્નોથી વીર્યસંચય ઓછો હોય છતાં પણ વીર્યપાત થઇ જવો, એને તો એક રોગ જ માનવો; અને તેની જલદી ચિકિત્સા કરવી જોઇએ.

પરન્તુ વીર્યાશય ભરાઇ જવાથી ઉંઘતા કે જાગતા વીર્યસ્ખલન થઇ જાય, અથવા વીર્યસ્ખલન કરવામાં આવે, તો તેનું કેમ? એ વાજબી ગણાય કે ગેરવાજબી? આ પ્રશ્નનો વિચાર આપણે કરવો જોઇએ.

વીર્યાશય ભરાઈ જવાથી વીર્યસ્રાવ થાય તો શું એ અયોગ્ય છે?

આને માટે કહેવું પડશે, કે આ વિષયનો જે કોઇએ પણ વિચાર કરેલો છે—અભ્યાસ કરેલો છે, તે ભલે આ વીસમી સદીનો વૈજ્ઞાનિક હોય કે પહેલી સદીનો કોરો પંડિત હોય, તોપણ તે એમ તો જરૂર જ કહેશે કે કોઇ પણ રીતે વીર્યનાશ થવો એ અનુચિત છે—ઘણું જ અનુચિત છે. અંડગ્રંથીઓનો અન્તઃસ્રાવ (એટલે કે ઓજસ્) શરીરની અંદર કંઇ પણ સંદેહ વગર પોતાની મેળેજ ખપતો જાય છે; અને તે જ પ્રમાણે બહિઃસ્રાવ પણ અભ્યાસથી શરીરમાં ખપી શકે છે, અને ખપે જ છે. બહિઃસ્રાવ એ અન્તઃસ્રાવનું જ એક દશ્ય રૂપ છે. તો પછી જો અન્તઃસ્રાવ શરીરમાં સમાઇ જાય છે—મળી જાય છે, તો બહિઃસ્રાવ શરીરમાં કેમ ન મળી શકે? બહિઃસ્રાવનું શરીરમાં મળી જવાનું પરિણામ ચમત્કારી હોય છે.

હા, એમાં સંદેહ નથી કે બહિઃસ્રાવ શરીરની અંદર

આપોઆપ—પોતાની મેળે જ નહિ મળી શકે; વીર્યાશય ભરાઈ જવા પછી તે બહાર નીકળવાની મહેનત કરશે, એ બહિઃસ્રાવને શરીરની અંદર વહેતો કરવાને મનસા–વાચા–કર્મણા સ્વચ્છતાનું પાલન કરવું પડશે, સાદું જીવન વ્યતીત કરવું પડશે, યોગ્ય વ્યાયામ–શારીરિક શ્રમ કરવો પડશે, ઇચ્છા-શક્તિ કે મનોબળને સાધવું પડશે–એના વિના મુદ્દલે નહિ, ચાલે, કેમકે બહિઃસ્રાવને એ ઇચ્છાશક્તિ વડે જ શરીરમાં સંચાર કરવાની પ્રેરણા કરી શકાય છે, વીર્યરક્ષાના કેટલાંક આસનો હંમેશ કરવાં પડશે. આમ બહિઃસ્રાવને અંદર વહેતો કરવાને ખાસ અભ્યાસની જરૂર પડશે. એ એની મેળે—આપોઆપ અન્તઃસ્રાવની પેઠે શરીરમાં નહિ જ સંચાર પામે. અભ્યાસથી જ તેમ થઇ શકશે: અને જ્યાં બહિઃસ્રાવ અંદર વહેતો થયો ત્યાં શારીરિક, માનસિક તથા આત્મિક શક્તિનો વિકાસ વિલક્ષણ રીતે થવા માંડશે.

પરન્તુ જેઓ બહિઃસ્રાવને શરીરની અંદર વહેતો કરવાનો અભ્યાસ ન કરી શકતા હોય, અથવા એવી ઇચ્છા ન રાખતા હોય, તેવાઓને માટે બહિઃસ્રાવની શરૂઆત થવાના કુદરતી સમયે એટલે કે પચ્ચીસ વર્ષની ઉમ્મરે ઋષિઓએ લગ્ન કરવાની મર્યાદા ઠરાવેલી છે. જો કુદરતી જીવન જીવવામાં આવે–સંયમી જીવન જીવવામાં આવે, તો પચ્ચીસ વર્ષની પહેલાં વીર્યાશય ભરાઈ જતું નથી, અને તેથી બહિઃસ્રાવ પણ ચાલુ થતો નથી.

પચ્ચીસ વર્ષની ઉમ્મર પહેલાં લગ્ન કરવા એ શરીરનો આત્મઘાત કરવા બરાબર છે એમ આપણે ઉપર જોઈ ગયા. જ્યાં સુધી બહિઃસ્રાવ ચાલુ થતો નથી ત્યાં સુધી અન્તસ્રાવ

શરીરવૃદ્ધિ–વિકાસ અર્થે શરીરમાં ખપે છે. એ વખતે એટલે કે પચ્ચીસ વર્ષની પહેલાં લગ્ન થાય તો એ અન્તઃસ્રાવ અટકી પડે છે, અને તેથી શરીરનો, મનનો ને આત્માનો વિકાસ પણ અટકી પડે છે. જો સંયમી–કુદરતી જીવન ગુજારવામાં આવે તો પચ્ચીસ વર્ષની પહેલાં બહિઃસ્રાવ ચાલુ થતો નથી.

આ પચ્ચીસ વર્ષનું બ્રહ્મચર્ય–ઓછામાં ઓછું એટલું બ્રહ્મચર્ય–તો આપણે શરીરની ઉન્નતિ અર્થે પાળવું જ જોઇએ. આગળના વખતના ઋષિઓ શરીર, મન, અને આત્માનો વિકાસ કેટલો મહત્ત્વનો છે એ બરાબર સમજતા હતા, અને એ વિકાસ અંડગ્રંથીના અન્તઃસ્રાવ અને બહિઃસ્રાવ પર જ નિર્ભર છે એમ પણ તેઓ જાણતા હતા. એ કારણથી તેઓ પચ્ચીસ વર્ષ કરતાં વધારે ઉમ્મરનું બ્રહ્મચર્ય પાળતા. પચ્ચીસ વર્ષે ઉત્પન્ન થતા બહિઃસ્રાવને તેઓ અભ્યાસથી અન્તઃસ્રાવમાં ફેરવી નાખતા, અને શરીરને, મનને, અને આત્માને વધારે ને વધારે વિકસિત બનાવતા. તેઓ અડતાલીસ વર્ષના બ્રહ્મચર્યને સર્વોત્તમ બ્રહ્મચર્ય માનતા. પચ્ચીસ વર્ષનું બ્રહ્મચર્ય તો તેઓ નિકૃષ્ટ (ઉતરતું) સમજતા. એ અડતાલીસ વર્ષ સુધીમાં તેઓનું રેતસ્ (વીર્ય) કદી પણ નીચેની તરફ જતું નહિ–તેનો પ્રવાહ ઉપરની તરફ શરીરમાં જ થતો. એવા અડતાલીસ વર્ષ સુધી બ્રહ્મચર્ય પાળનાર બ્રહ્મચારીઓ ઉર્ધ્વરેતા આદિત્ય બ્રહ્મચારી કહેવાતા. ઉર્ધ્વરેતા એટલે જેનું રેતસ્ (વીર્ય) અથવા બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો બહિઃસ્રાવ ઉપરની તરફ જાય છે–લોહીમાં જ મળી જાય છે તે બ્રહ્મચારી.

પ્રાચીન ભારતમાં વિદ્યાર્થીઓ ગુરુકુલોમાં જઈ એવા બ્રહ્મચારી ઋષિઓની પાસે બેસી બ્રહ્મચર્યપૂર્વક વિદ્યાભ્યાસ કરતા. અતીત કાળના ગર્ભમાં માનવસમાજના એ ગુરુઓ

પોતાના શિષ્યોના ચારિત્ર ઘડવા એને શિક્ષણનો મુખ્ય ઉદ્દેશ સમજતા હતા. એમનું લક્ષ્ય ઉચ્ચ હતું. અનન્ત શક્તિના ભંડાર પરમાત્માની પ્રાપ્તિ અર્થે તેઓ પોતાનું જીવન વ્યતીત કરી એના ધ્યાનમાં તેઓ વીર્ય જેવી જીવનશક્તિનો સંયમ કરતા.

યુવકોએ એ ખાસ લક્ષમાં રાખવું જોઇએ કે જાગતા કે સુતા, આપોઆપ–એની મેળે થઇ ગએલો, કે ઇચ્છાપૂર્વક કરવામાં આવેલો, કોઇ પણ પ્રકારનો વીર્યનાશ એ જીવનને માટે ઘાતક છે. "**मरणं बिन्दुपातेन जीवनं बिन्दुधारणात्**" એટલે કે વીર્યબિન્દુના સ્ખલનથી મરણ છે, અને એ વીર્યબિન્દુ ધારણ કરવાથી જીવન છે એ યુવકોએ હંમેશાં સ્મરણમાં રાખવું.

જો નવયુવકો અંડગ્રંથીઓના અન્તઃસ્રાવને શરીરમાં ખપાવી લેવાનું મહત્ત્વ ઉપર્યુક્ત વર્ણન પરથી સમજ્યા હોય, તો તેઓ પાપીઓના પ્રલોભનો–આકર્ષણોથી જરૂર દૂર રહે, તેઓની જાળમાં ન ફસાય.

યુવકોને.

કિશોરઅવસ્થા એ શરીરના વિકાસનો સમય છે. એ વખતે તો શરીરની સંપત્તિ વધતી હોય છે. ધિક્કાર છે એવા માણસને, કે જે ફક્ત થોડા સરખા શારીરિક ધનની ગરમીમાં જ પોતે પોતાને ભૂલી જઈ એ ધનની બરબાદી કરવા મંડી પડે છે. ફીટકાર છે એવાઓને, કે જેઓ વીર્યની પૈસો બે પૈસા જેટલી તુચ્છ મુડી ભેગી થઇ ન થઇ ત્યાં તો તેને ઉડાવી સફાચટ કરી નાખે છે, અને પછી જ્યારે આંખ ઉઘડે છે, ત્યારે પોતાના એ દિવાનાપણા માટે પેટ ભરીને પસ્તાય છે. સમાજમાં આજ પ્રવર્તો રહેલા ગંદા આચારવિચાર, ગંદુ સાહિત્ય, ગંદા દશ્યો એ વગેરેનું જામેલું વાતાવરણ યુવકવર્ગમાં કામ–ઉત્તેજના પેદા કરી તેમના

અન્તઃસ્રાવને અટકાવી બહિઃસ્રાવ ઉત્પન્ન કરી દેવાનું કાર્ય કરી રહ્યું છે. એ વાતાવરણે યુવકોને પાયમાલ કરવા માંડયા છે, તેણે યુવકોમાં તોબા–તોબા મચાવી દીધી છે. ભોગવિલાસ પણ યુવકોમાં ઓછો ક્યાં છે? આવી પરિસ્થિતિમાં યુવકોનો અન્તઃસ્રાવ દિનપ્રતિદિન સુકાતો જ જાય છે, અને એનું સુકાવા માંડવું એનો અર્થ શો? યુવકોના' શારીરિક, માનસિક, અને આત્મિક વિકાસની ઇતિ શ્રી આવી જાય છે. અય યુવકો! તમે યાદ રાખજો–બરાબર યાદ રાખજો, કે બહિઃસ્રાવથી જનન અવયવો થાકવા માંડે છે–તેની શક્તિ ઘટતી જાય છે. પ્રાચીન ઋષિઓ તથા આજના શરીરક્રિયા–વિજ્ઞાનના જ્ઞાતાઓનો આ વિષયમાં એક મત છે, કે જનનઅવયવો જેમ જેમ થાકવા માંડે છે, તેમ તેમ અન્તઃસ્રાવની ક્રિયા ધીમી પડતી જાય છે, ને આખરે તે બંધ પડી જાય છે.

પ્રત્યેક યુવકનું એ કર્તવ્ય છે કે તેઓ પોતાની અંદર અન્તઃસ્રાવ (એટલે ઓજસ્), તથા બહિઃસ્રાવ (એટલે વીર્ય), એ બંનેને ધારણ કરે; અને 'કિશોરઅવસ્થા', 'યૌવન', તથા પુરૂષત્વનો ક્રમિક વિકાસ થવા દઈ તેને તેના ખરા સ્વરૂપમાં આવવા દે.

પ્રકરણ ૬ ઠ્ઠું.

સ્વાભાવિક અને અસ્વાભાવિક જીવનનું વીર્યરક્ષા પર પરિણામ.

૧. સ્વાભાવિક જીવનનું વીર્યરક્ષા પર પરિણામ.

આપણો જીવનક્રમ અથવા આપણી જીવનચર્યા આજ કેવા પ્રકારના છે, એ આપણે બધા દીવા જેવું સમજીએ છીએ. આપણી જીવનચર્યામાં અસ્વાભાવિકતા સિવાય બીજું કાંઇ પણ નથી. આ અસ્વાભાવિક જીવન-ચર્યાનું પરિણામ જે આવવું જોઇએ તે આપણી નજરે આપણે જોઇ રહ્યા છીએ. તે પરિણામ તે આપણો વીર્યનાશ છે. બ્રહ્મચર્યને અખંડ રાખવું એ લગભગ અસંભવ જેવું થઇ પડયું છે. આ વીર્યનાશ અથવા બીજા શબ્દોમાં આપણો આત્મનાશ કઈ કઇ રીતે થઈ રહ્યો છે, તેનું હવે પછીના પ્રકરણોમાં વિસ્તારથી વર્ણન કરવામાં આવેલું છે. પરન્તુ આ પ્રકરણમાં આપણે એ જોઇએ કે આપણી સ્વાભાવિક અને અસ્વાભાવિક જીવનચર્યાનું પરિણામ

આપણા બ્રહ્મચર્યપર—આપણી વીર્યરક્ષાપર કેવા પ્રકારનું થાય છે.

પાછલા પ્રકરણમાં લખવા પ્રમાણે અંડગ્રંથીઓનો અન્તઃસ્રાવ જન્મથી તે અંતપર્યંત થતો રહે છે. એ સ્રાવ શરીરમાં એની મેળે જ ખપી જાય છે—પચી જાય છે; અને તેમ થવાથી માણુસની શારીરિક—માનસિક ઉન્નતિમાં તે મોટી સહાય કરે છે. અંડગ્રંથીની અંદર ઉત્પન્ન થઇ એ ગ્રંથીની અંદરથી જ શરીરમાં સમાઇ જનાર એ રસને 'ઓજસ્' કહે છે. એ ઓજસ્ માણુસના સર્વ સ્નાયુમાં અજબ સ્ફૂર્તિ—શક્તિ આણે છે, અને શરીરને ઓજસ્વી બનાવે છે.

પરન્તુ અંડગ્રંથીના બહિઃસ્રાવમાં અંતઃસ્રાવની પેઠે થતું નથી. તેમાં તો અંડગ્રંથીઓમાંથી જીવિત કોષ (જીવિત સેલ્સ) છૂટા પડી પડીને બહાર નીકળે છે. એ જીવિત સેલ્સને અંગ્રેજીમાં સ્પર્મેટોઝુઆ અથવા આપણી ભાષામાં વીર્યજન્તુ કહે છે. માણુસનું શરીર જ્યારે પૂર્ણ વિકાસ પામી પરિપક્વ બને છે ત્યારે જ એ બહિઃસ્રાવ શરૂ થવા માંડે છે—અથવા બીજા શબ્દોમાં જીવિત સેલ્સ છૂટા પડી પડીને અંડગ્રંથીઓમાંથી નીકળવા માંડે છે. એ બહિઃસ્રાવ જીવનમાં હંમેશાં ચાલુ રહેતો નથી. સ્વાભાવિક જીવન વ્યતીત કરનાર માણુસના શરીરમાં એ સ્રાવ થવાની ક્રિયા પચ્ચીસ વર્ષની ઉમ્મરથી શરૂ થઈ પચાસ વર્ષની ઉમ્મર સુધી ચાલુ રહે છે. કેટલાકને અપવાદ તરીકે તેથી વધારે ઉમ્મર સુધી પણ એ ચાલુ રહે છે. બહિઃસ્રાવ એ જીવિતકોષોનો બનેલો હોવાથી અંતઃસ્રાવની પેઠે સ્વયમ્ શરીરમાં પચી જતો જથી. એને પચાવવાને—શરીરમાં ખપાવી દેવાને—તો યોગશક્તિઓ ને વિધિઓનો ખાસ અભ્યાસ કરવો પડે છે. પ્રાચીન ભારતના ગુરુકુલ આશ્રમોમાં બ્રહ્મચારીને એ અભ્યાસ

બતાવવામાં આવતો હતો. જેઓ સંયમી બની એમાં પારંગત થતા તેમને ઉર્ધ્વરેતા બ્રહ્મચારી અથવા આદિત્ય બ્રહ્મચારી કહેવામાં આવતા. એમનું વીર્ય આજીવન પર્યંત અખંડિત રહેતું હતું. પરંતુ એવું આદિત્ય બ્રહ્મચારીનું જીવન કાંઇ સર્વસાધારણ માટે શક્ય નહોતું–ને શકય હોઇ પણ ન શકે. જેઓ એ ઉર્ધ્વરેતસ્‌ના રહસ્યોમાં પ્રવીણ થઇ શકતા નહોતા, તેમને માટે બહિઃસ્રાવ શરૂ થવાના સ્વાભાવિક સમયે જ લગ્નસમય રાખવામાં આવ્યો હતો. ભારતીય શારીરશાસ્ત્રવેત્તાઓના અભિપ્રાય પ્રમાણે ભારતવર્ષના જલવાયુમાં પચ્ચીસ વર્ષની ઉમ્મરે પરિપકવ વીર્યજન્તુઓ બહિઃસ્રાવના રૂપમાં ઉત્પન્ન થવા માંડે છે; અને તેથી જ તેઓએ લગ્નની મર્યાદા પુરુષો માટે ઓછામાં ઓછી પચ્ચીસ વર્ષની ઠરાવેલી છે. સ્વાભાવિક જીવન વ્યતીત કરનાર વ્યક્તિને બાલ્યાવસ્થા, કિશોરઅવસ્થા, અને યુવાવસ્થા કદી પણ અશાન્ત કરી શક્તી નથી. એની સામે ઈંદ્રિયનિગ્રહનો પ્રશ્ન જ ઉભો થઇ શકતો નથી. પચ્ચીસ વર્ષની અવસ્થાએ અંડ-ગ્રંથીઓમાંથી જીવિતકોષ છૂટા પડી પડીને વીર્યવાહિની (વાસડેફ્-રન્સ) નળીમાં થઇ વીર્યાશયમાં (સેમિનલ વેસિકલ્સમાં) દાખલ થાય છે; અને તેમની સ્વાભાવિક ગતિથી પુરુષમાં ઉત્તેજના ઉત્પન્ન કરે છે. જો એ અવસ્થામાં પુરુષનો સ્ત્રી–સંબંધ થાય, **અને સંયમપૂર્વક રહેવામાં આવે, તો** બહિઃસ્રાવનું બહાર નીકળવું હાનિકારક નહિ નીવડે; અને તેથી શારીરિક, માનસિક ઉન્નતિમાં કોઇ પણ પ્રકારનો અંતરાય નહિ પડે. એ અવસ્થામાં લગ્ન થવાથી અન્તઃસ્રાવના કાર્યમાં કોઇ પ્રકારનો અટકાવ નહિ થાય. સ્ત્રી–પુરુષ બંનેને તેથી હાનિને બદલે બહુધા લાભ જ થવાનો સંભવ છે.

૭

પરન્તુ અસ્વાભાવિક જીવનના આજના આ યુગમાં આપણને સ્વાભાવિકતા પર વિચાર કરવાનો હક્ક છે જ ક્યાં ? પ્રકૃતિમાતાના સૌમ્ય મુખ પર આપણે આપણા ઘૃણિત કાર્યોથી કલંકનો કાળો ચાંલ્લો કરી રાખેલો છે. એ કોઇથી પણ ના પાડી શકાય એમ નથી, કે આજનાં અકુદરતી જીવન બાલકોને યોગ્ય સમય પહેલાં જ પુરુષ બનાવી દે છે; અને તેથી તેમની નાની ઉમ્મરમાંથી જ બહિ:સ્રાવ શરૂ થઇ જાય છે. સ્વાભાવિક જીવનની સૌમ્યતા ક્યાંઇ પણ જોવામાં નથી આવતી. તે તો ફક્ત શારીરશાસ્ત્રના એક કાલ્પનિક-વિષય તરીકે જ નામમાત્ર હવે રહી ગઇ છે. આજે તો અસ્વાભાવિક જીવનનું જ સામ્રાજ્ય વ્યાપેલું છે. સ્વાભાવિક જીવન છે જ ક્યાં કે એની આપણે કાંઈ વાત પણ કરી શકીએ ? આપણી પાસે કાંઇ વાત કરવા જેવું રહ્યું હોય તો તે ફક્ત અસ્વાભાવિક જીવન જ છે. આપણે આ અસ્વાભાવિક જીવનના પરિણામ વિષે થોડો વિચાર કરીએ.

૨. અસ્વાભાવિક જીવનનું વીર્યરક્ષા પર પરિણામ.

માનવસમાજ આજે અકુદરતી જીવન વ્યતીત કરી રહ્યો છે, અને તેથી ઈંદ્રિયનિગ્રહનો અભાવ–લગભગ અત્યંત અભાવ–સર્વત્ર જોવામાં આવે છે. વીર્યરક્ષા તો થતી જ નથી. ઇંદ્રિયસંયમ નામ માત્ર પણ દેખાતો નથી. આજ એ ઈંદ્રિયસંયમ મુખ્ય બે પ્રકારે તોડવામાં આવે છે. ૧. ઇચ્છાપૂર્વક અને ૨. ઇચ્છા વગર.

ઇચ્છાપૂર્વક સંયમહીન જીવન વ્યતીત કરવું, અર્થાત્ ઇચ્છાપૂર્વક વ્યભિચાર કરવો એનો અર્થ શો હોઇ શકે ? એનો અર્થ એટલો જ કે ઉઘાડી આંખે શરીર અને મનનું વિષયવાસનાની પિશાચિણી વેદી પર આપણું બલિદાન ચઢાવી દેવું તે. આપણું

એ બલિદાન ચઢાવી દેવામાં આપણો આત્મા ના પાડતો હોય, કોઈ કોઇ વખત વિષયવાસનાની ખાડમાં પડી જતાં બચવાની કોઇ ચેષ્ટા પણ કરી હોય, તેમ છતાં પણ પ્રલોભનની સામે આપણે આપણી જાતને સંભાળી શકતા નથી. તે વખતે જાગતા હોઇએ છીએ, પરિણામને પણ સમજીએ છીએ, તેમ છતાં પણ જોતજોતામાં એ ખાડમાં આપણે પડીએ છીએ ! કોઇ કોઈ વખત એમ પણ બને છે કે એ ખરાબ કામ પ્રત્યે આપણી નસેનસમાં ઘૃણા અને અનિચ્છા સખ્ત રીતે ભરેલી હોય છે, તેમાં છતાં પણ જ્યારે આપણે એ પાપી કામમાં ફસાઇએ છીએ ત્યારે આપણા આશ્ચર્યનો કોઈ પાર રહેતો નથી. આપણે તેનું કારણ તપાસીશું તો માલમ પડશે કે આપણી ચેતનાના એક ખુણામાં આપણી જ 'ઇચ્છા'નો એક તેવો તંતુ પડેલો હોય છે, કે જે મોકો મળતાં વિશાળ રૂપ ધારણ કરી લે છે, તેણે જ આપણને દગો દીધો છે. પહેલાં શરૂઆતમાં સહેજ 'પ્રવૃત્તિ' જન્મ પામે છે, પછી તેમાંથી નાની સરખી 'ઇચ્છા' ઉદ્દભવે છે, એ ઇચ્છાની અનેક વખત પુનરાવૃત્તિ થાય છે એટલે પછી તેમાંથી 'ટેવ' બને છે, અને એ 'ટેવ' પછી પોષાતી પોષાતી પરિપક્વ બનીને માણસની 'પ્રકૃતિ' કે માણસનો 'સ્વભાવ' બને છે. આવો જ ક્રમ અખંડપણે ચાલ્યા કરે છે. એમાં જાગતી ઇચ્છાની એક અખંડ શૃંખલા જ દૃષ્ટિગોચર થાય છે. અનિચ્છાની અંદર પણ કોઇ ઠેકાણે 'ઇચ્છા'નું બીજ છુપાએલું હોય છે, કે જે કોઈ અનુકૂલ તક આવતાં જ તરત ઉગી નીકળે છે. એવી અવસ્થામાં જ્યારે

ઇન્દ્રિયસંયમનો ઇચ્છાપૂર્વક ભંગ અર્થાત્ ઇચ્છાપૂર્વક વીર્યનાશ.

માણસ પોતાને કોઈ ભયંકર પાયમાલીની ખાડમાં ઉતરી પડેલા જુએ છે, અને તેમ છતાં પણ તેનાથી એ ખાડમાંથી નીકળી શકાતું નથી, ત્યારે તેના મુખમાંથી આવા નિર્બલતાના, દયાજનક ઉદ્‌ગાર નીકળી પડે છે કે:—

" जानामि धर्मं न च मे प्रवृत्ति:
जानाम्यधर्मं न च मे निवृत्ति:"

હું ધર્મને–કર્તવ્યને–સમજું છું, પરન્તુ તે પ્રમાણે વર્તવાની પ્રવૃત્તિ કરી શકતો નથી, હું અધર્મને–અકર્તવ્યને–સમજું છું, પણ તેમાંથી નિવૃત્ત કેમ થવું–છૂટકારો કેમ મેળવવો–તે હું જાણતો નથી.

કમનસીબે આ અવસ્થા કે જે ઘણી ભયાનક છે, તે માનવ–સમાજના મોટા વિસ્તારમાં વ્યાપેલી છે. આપણે આપણા હાથથી જ આપણી ઈમારતને પાયામાંથી હચમચાવી નાખીએ છીએ. આપણે જાતે જ આપણી અધ:પતનની ભયંકર ખાઇમાં કૂદી પડીએ છીએ; અને ઉઘાડી આંખે મ્હોં વિકાસીને ઉભેલા સર્વનાશની તરફ આપણા કદમ આપણે ભરીએ છીએ. અહા ! આ મૂર્ખતાની કોઇ હદ છે, કે જેમાં આપણો વિનાશ આપણે હાથે જ કરીએ છીએ! સર્વનાશ, અને તે પણ જાણી જોઇને જ! મૃત્યુ, અને તે પણ આપણે હાથે જ ! શું પરમાત્માના રાજ્યમાં આથી મોટા કોઈ ઘોર કૃત્યની કલ્પના થઈ શકે એમ છે ? જાણી જોઇને દુરાચારભર્યું જીવન ગુજારવું, એને જ વ્યભિચાર કહેવામાં આવે છે. સમાજમાં આ વ્યભિચાર અનેક પ્રકારના જોવામાં આવે છે. મુખ્યત્વે તેના ત્રણ પ્રકાર છે: 'આત્મવ્યભિચાર' (એટલે હસ્તમૈથુન આદિ), 'પત્નીવ્યભિચાર', અને વેશ્યાવ્યભિચાર.

આ બધું વર્ણન થયું જાણી જોઇને વ્યભિચાર કરવાનું–

જાણી જોઇને વીર્યનાશ કરવાનું. ઇચ્છા વગર પણ વીર્યનાશ થઇ જાય છે; અને તે મોટે ભાગે જાગતા નહિ પણ ઉંઘમાં થઈ જાય છે. એને 'સ્વપ્નદોષ' કહે છે.

ઇન્દ્રિય સંયમનો ઇચ્છારહિત ભંગ અર્થાત્ ઇચ્છારહિત વીર્યનાશ.

આપણે અસ્વાભાવિક જીવનને બે વિભાગમાં વહેંચી નાખેલું છે. એક જાણી જોઇને ઇન્દ્રિયસંયમ તોડવો તે, અને બીજું અજાણતાં એ સંયમ તૂટી જવો તે.

જાણી જોઈને તોડવામાં આવતા ઇન્દ્રિયસંયમના એટલે કે ઇરાદાપૂર્વકના વ્યભિચારના મુખ્ય ત્રણ પ્રકાર છે. ૧. આત્મ-વ્યભિચાર, ૨. પત્નીવ્યભિચાર, અને ૩. વેશ્યાવ્યભિચાર.

અજાણતાં સંયમ તૂટી જાય છે, એનું વર્ણન સ્વપ્નદોષ તરીકે કરેલું છે.

હવે પછીના ચાર પ્રકરણોમાં એ બધાનું ક્રમશઃ વિસ્તારથી વિવેચન કરેલું છે. તેનાં કારણો, પરિણામ, અને ઉપાય વિષે વિચાર કરેલો છે.

પ્રકરણ ૭ મું.

આત્મ–વ્યભિચાર

(હસ્તમૈથુન આદિ.)

જે અસ્વાભાવિક જીવનમાં છોકરા–છોકરીઓને આજકાલ ઉછેરવામાં આવે છે, તેનું અવશ્યમ્ભાવી પરિણામ તેમનાં શરીર અને મન પર થયા વિના રહેતું નથી. નાની ઉમ્મરમાં જ તેમનું જીવન અશાન્ત બનવા લાગે છે. તેઓ હૃદયમાં ઉઠતા માનસિક વિકારોને સમજી શકતા નથી. જે લહેરો ઉઠે છે તેને રોકવાને તેમનું મનોબળ ઘણું નિર્બલ હોય છે. તેમના જીવનમાં એવી ક્ષણો અનેક વખત આવે છે કે જ્યારે તેઓ કામવાસનાથી અંધ બની જાય છે, અને તેમની બુદ્ધિ ઠેકાણે રહેતી નથી. એવે સમયે માણસના મનમાં છુપાએલો શયતાન એ માણસના દૈવીભાવ પર મોહનો પડદો નાખી દે છે; અને ઘૃણિતમાં ઘૃણિત ખરાબ કામ કરાવવાને તૈયાર થઈ જાય છે. એવા સ્મૃતિ–

હસ્તમૈથુન તરફ બાળક ક્યારે ખેંચાય છે?

ભ્રંશ અને બુદ્ધિનાશના સમયે જ માણુસ હસ્તમૈથુન આદિ પિશાચકૃત્યમાં પડીને પોતાનાં શરીર, મન અને આત્માનું અધઃપતન કરી બેસે છે. એક ક્ષણુના આનંદને માટે તે જીવન-ભર પોતાને માથે પાપનો-સત્યાનાશનો પોટલો બાંધી લે છે. માણુસની જનન-ઇન્દ્રિય કેટલી બધી પવિત્ર છે! સૃષ્ટિકર્તાની ઉત્પાદનશક્તિની તે એક પ્રતિનિધિ છે! ગંદા વાતાવરણુમાં રહી માણુસ એ ઉચ્ચ શક્તિનું અપમાન કરે છે. કૃત્રિમ સાધનોથી-એટલે કે હસ્ત-સ્પર્શથી, ઉંધા સૂઇને, અથવા બીજી કોઇ રીતે દબાવીને, જનન-ઇન્દ્રિયને ઉત્તેજિત કરી દે છે, અને શક્તિના અસીમ ભંડાર વીર્યને ખોઇ નાખે છે. એ ઘૃણિતમાં ઘૃણિત પાપી કામ છે—છુપો આત્મઘાત છે—આત્મ-વ્યભિચાર છે!

એ પાપ બીજાં ઘૃણિત પાપ કરતાં એટલા માટે વધારે ઘૃણિત છે, કે માણુસ પોતે છુપો છુપો રહીને એકલો એ કર્યા કરે છે. જે માણુસ એ પાપની પાસે-

હસ્તમૈથુનનો કાતિલ પંજો!

એ શયતાનની પાસે-એક વાર પણુ ઝુકી ગયો, તો માનો કે તે એનો બે બદામનો ગુલામ બની ગયો. એક વખત પણુ એ શત્રુ પાસે હારી જવું, એ હંમેશની હારને નિમંત્રણુ આપવા સમાન છે. પછી દિન પ્રતિદિન મનોબળ ઘટતું જાય છે, પ્રતિરોધ કરવાની એટલે સામે થવાની હિંમત પણુ રહેતી નથી. છેવટે એ ટેવ માણુસને એવી રીતે જકડી લે છે, કે તેના પંજામાંથી છૂટવું માણુસ માટે અસંભવ જેવું થઇ જાય છે. નવયુવકોમાં આ પાપ પ્લેગ અને બળીઆ જેવા ચેપી રોગની જેમ ઝડપથી ફેલાય છે. આ વિષયના જાણુકારોએ આ

વિષય માટે પોતાના ભયભર્યા અભિપ્રાય જાહેર કરેલા છે. કેટલાક વિદ્વાનો એમ કહે છે કે આ ઝેર વિશ્વવ્યાપી છે. અનેક ચિકિત્સકો તો એટલે સુધી માને છે, કે લગભગ દરેક વ્યક્તિ તેના જીવનકાલમાં કોઇ નહિ ને કોઈ વખત આ રક્તશોષિણી ટેવના પંજામાં સપડાઈ ચૂકેલી છે. પુરુષો અને સ્ત્રીઓ, છોકરા ને છોકરીઓ, યુવા ને વૃદ્ધો, એ સર્વની નોંધપોથીમાંથી બનતા સુધી આ ભયંકર ટેવની આત્મકથા માલમ પડી આવશે, કે જેને યાદ કરીને તેઓ જીવનભર પસ્તાતા રહે છે. એ ટેવ માણસને શક્તિહીન અને જીવનભરનો દુઃખીઓ બનાવી દે છે. એવા માણસોની પણ કમી નથી, કે જેમને માટે આ બુરી ટેવનો સંદેહ સરખો પણ હોઇ શકે નહિ. પરન્તુ તેવાઓના જીવનની પણ જો ઝાંખી કરવામાં આવે, તો ઝાંખી કરનારને એ ઘડી સ્તબ્ધ થઇ જવું પડે—ઝાંખી કરનાર કંપી ઉઠે! કેટલાકને તો બીજાં દર્દોની પેઠે હસ્તમૈથુનનું એક દર્દ જ લાગુ પડી જાય છે! અનેક પ્રયત્નો કરે છે પણ તેનાથી છૂટી શકાતું નથી. જ્યારે આવેગ—જોસ—આવે છે, ત્યારે તેની પાસે ઘાસની માફક તે ઝુકી જાય છે. જ્યારે એ આવેગ શમી જાય છે, ત્યારે શરમના માર્યા મ્હેાં ઉંચું કરીને જોવાની પણ તેનામાં હિંમત રહેતી નથી.

આ ટેવ માટે ડૉ૦ કેલોગ એક બીજા ડૉક્ટરનો અભિપ્રાય આ પ્રમાણે દર્શાવે છેઃ—

“ મારા મત પ્રમાણે માનવસમાજને પ્લેગ, યુદ્ધ, બળીઆ અને એવાં બીજાં દર્દોથી એટલું નુકસાન નથી થયું, કે જેટલું હસ્તમૈથુન તથા એવાં જ બીજા ઘૃણિત કૃત્યોથી થયું હોય! સભ્ય સમાજના જીવનને પાયમાલ કરી નાખનાર આ એક

એવું ઝેર છે, કે જે પોતાનું ઘાતક કાર્ય અખંડપણે કર્યા કરે છે, અને પ્રજાના સ્વાસ્થ્યને સમૂલ નષ્ટ કરી નાખે છે."

એક બીજા લેખક આ ટેવના સંબંધમાં પોતાના વિચાર આ પ્રમાણે દર્શાવે છે:—

"આપણને એ બાબતનો જરા પણ ખ્યાલ નથી, કે આપણા છોકરા-છોકરીઓમાં આત્માનું અધઃપતન કરનાર આ મહાભયંકર રોગ ક્યાં સુધી ઘર કરીને બેઠેલો છે. ભૂલથી આપણે એમ સમજીએ છીએ કે તેઓ આ રોગથી દૂર છે, પરન્તુ આંખો ખોલીને જોવામાં આવે તો માલમ પડશે કે એ રોગ તેઓના જીવન-રસને ચૂસી રહ્યો છે."

"કિશોરઅવસ્થાને પસાર કરી યુવાવસ્થામાં પગ મૂકતાં યુવકોમાં અનેક નિર્બલતા જોવામાં આવે છે. માતાપિતા માને છે, કે એ તો યુવાવસ્થાનું એક અવશ્યમ્ભાવી પરિણામ છે, પરન્તુ વાસ્તવમાં એ નિર્બલતાઓનું કારણ છોકરાઓનું બૂરી આદતોમાં ફસાઈ જવું એ જ હોય છે."

અહીં એ બાબતનો વિચાર કરવો અપ્રાસંગિક નહિ ગણાય કે નવયુવકો હસ્તમૈથુન આદિ ઘૃણિત કૃત્યો તરફ શા માટે ખેંચાય છે? આ બૂરી વાસના જાગૃત થવાના મુખ્યતઃ બે કારણ છે. એક ભૌતિક અને બીજું માનસિક. કઈ ઉત્તેજના ભૌતિક કારણોથી થાય છે, અને કઈ માનસિક કારણોથી થાય છે, એ નક્કી કરવું અત્યંત કઠિન છે. લગભગ દરેક ઉત્તેજનામાં ભૌતિક અને માનસિક કારણો જોડાએલાં હોય છે. ભૌતિક ઉત્તેજના માનસિક ઉત્તેજનાનું, અને માનસિક ઉત્તેજના ભૌતિક

નવયુવકો હસ્તમૈથુન તરફ ખેંચાય છે શા માટે?

ઉત્તેજનાનું પણ કારણ હોઇ શકે છે. તોપણ જ્યારે આપણે તેનાં કારણોનો અહીં વિચાર કરીએ છીએ, ત્યારે તેને બરાબર સમજવાને તેને ભૌતિક અને માનસિક એમ બે વિભાગમાં વહેંચી નાખવાં જોઇએ. કામવાસનાની ઉત્પત્તિનું કારણ શરીર પોતે હોય, અથવા બીજી બહારની ભૌતિક વસ્તુઓ હોય, એવાં કારણોને અહીં ભૌતિક કારણ તરીકે ગણેલાં છે, અને જેમાં કામવાસનાની ઉત્પત્તિનું કારણ મુખ્યત્વે માનસિક વિચારો હોય, તેવાં કારણોને માનસિક કારણ તરીકે ગણેલાં છે. એક એક અવસ્થામાં કામ–ઉત્તેજનાનું કારણ શરીર અથવા બહારની વસ્તુઓ છે, અને બીજી અવસ્થામાં એ જ કાર્ય મન દ્વારા થાય છે. પરિણામ એ બંને અવસ્થાનું એક જ આવે છે, અને તે એ જ કે કામ–ઉત્તેજના.

હસ્તમૈથુનનાં ભૌતિક કારણો.

જ્યારે પુરુષનું શરીર સ્વાભાવિક રીતે પરિપકવ બને છે, અર્થાત્ જે સમયે કુદરતી રીતે બહિઃસ્રાવ ઉત્પન્ન થાય છે ત્યારે પુરુષમાં એક પ્રકારની ઉત્તેજના થાય છે, બીજા શબ્દોમાં બોલીએ તો કામ–ઇચ્છા જાગે છે. જો કુદરતી જીવન વ્યતીત કરવામાં આવે, તો એ બહિઃસ્રાવ ઉત્પન્ન થવાની ક્રિયા પચ્ચીસ વર્ષની ઉમ્મર પહેલાં થતી નથી. પચ્ચીસ વર્ષ પછી જ એની શરૂઆત થવા માંડે છે; અને એ શરૂઆત તે સ્વાભાવિક શરૂઆત છે. એ વખતે લગ્ન થવું જોઇએ. જો એ વખતે લગ્ન કોઇ પણ કારણથી ન થાય, અને મનોબળ જોઇએ તેવું મજબુત ન હોય, તો સ્વાભાવિક બહિઃસ્રાવથી ઉત્પન્ન થતી સ્વાભાવિક ઉત્તેજનાને શાન્ત કર-

સ્વાભાવિક જીવનમાં પરિપકવ વયે લગ્ન ન થવાથી હસ્તમૈથુનની સંભાવના.

વાને માણુસ બીજા અસ્વાભાવિક ઉપાયોનું અવલંબન કરવા પ્રેરાય છે. શરીરની એ પરિપક્વ અવસ્થામાં જેમની સંકલ્પ-શક્તિ દૃઢ નથી હોતી, અને જેમની રુચિ પણ આધ્યાત્મિક નથી હોતી, તેવાના લગ્ન જો તે સમયે ન થાય તો એનું પરિણામ ઘણું ભયંકર આવે છે. તેવાઓ મોટે ભાગે પોતાની મેળે જ હસ્તમૈથુનની શોધ કરી લે છે. આ વાત ખાસ સ્મરણમાં રાખવી જોઇએ, કે લગ્ન કરીને ગૃહસ્થધર્મનું નિયમિત પાલન કરવાથી શરીરને જેટલી હાનિ પહોંચતી નથી, તેનાથી કંઈ અનેક ગણી હાનિ હસ્તમૈથુનની બૂરી ટેવથી થાય છે. પતિપત્નીના પ્રેમમય, ભયરહિત આલિંગનમાં એક પ્રકારની વિદ્યુતશક્તિ ઉત્પન્ન થાય છે, કે જે બંનેના સ્નાયુ-તન્તુઓની ક્ષતિને પૂર્ણ કરી દે છે. હસ્તમૈથુનની પિશાચિણી ક્રિયામાં મસ્તિષ્કના સર્વોત્તમ રસનો ફક્ત નાશ, નાશ, અને નાશ જ થાય છે. એટલા જ માટે એક પરિપક્વ વ્યક્તિને યોગ્ય ઉમ્મરે લગ્ન કરી ગૃહસ્થાશ્રમમાં જોડાવાની ધર્મશાસ્ત્રોએ સંમતિ આપેલી છે.

પરન્તુ સ્વાભાવિક રીતે એટલે કુદરતી રીતે પરિપક્વ થનાર પુરુષોની અને તેને સતાવનાર કામ-ઉત્તેજનાની વાત કરવી અહીં સાવ નકામી છે; કેમકે એવું સ્વાભાવિક જીવન જીવનારાઓ આજે છે જ ક્યાં? આજે તો અસ્વાભાવિક જીવન ગુજારીને યુવાવસ્થામાં જ પુરુષો બની જનારાઓ સર્વત્ર નજરે પડે છે! આપણે મુખ્યત્વે આવા જીવન જીવનારાઓ વિષે જ અહીં વિચાર કરવાનો છે, તેવાઓ હસ્તમૈથુનની વિનાશકારી ટેવમાં કેમ ફસાઇ પડે છે, એ વિષે જ વિચાર કરવાનો છે.

જનનઅવયવની અસ્વચ્છતામાંથી હસ્તમૈથુનની સંભાવના.

કામ-ઉત્તેજના જાગ્રત્ થવાનાં અનેક ભૌતિક કારણો છે, કે જે સંબંધી ઉલ્લેખ પાછલા અનેક પ્રકરણમાં કરવામાં આવેલો છે. એ કારણોમાંનું એક કારણ એ છે, કે જનનઅવયવની અસ્વચ્છતાને લીધે એ અવયવ પર ખુજલી આવવા માંડે છે, તેમાંથી નાની નાની ફોલ્લીઓ થાય છે, અને પરિણામે આપોઆપ જ હાથ એ અવયવ તરફ જવા લાગે છે. એક અજ્ઞાત-નિર્દોષ બાલકને પછી તેમાંથી ઉત્તેજનાનું સાધન મળી આવે છે. પછી તો બાલક પોતે જ પોતાની મેળે હસ્તમૈથુનના ગુપ્ત રહસ્યોમાં પાવરધો થઇ જાય છે; અને એ ટેવમાં એક વાર સપડાયો એટલે પછી તો માનો કે તે મૃત્યુના વિકરાલ મુખ તરફ ધસવા જ માંડે છે. કોઇ કોઈ વખત જનનઅવયવના અગ્રભાગને ઢાંકનારી ચામડી પાછળની તરફ ખસતી નથી, અને તેથી તેની અંદર જે મેલ એકઠો થાય છે તેને સાફ કરી શકાતો નથી. પરિણામે તેથી ખુજલી પેદા થાય છે, અને હાથ આપોઆપ જ જનનેન્દ્રિય તરફ ખેંચાય છે. હાથ એ તરફ ખેંચાય છે ફક્ત ખુજલીને માટે જ, પરંતુ પરિણામ કેવું વિનાશકારી આવે છે! કેવો સર્વનાશ થઇ જાય છે! પરમાત્માએ મનુષ્યો ને પશુઓમાં એ જ તો ભેદ રાખ્યો હતો. મનુષ્યને બે હાથ આપ્યા, એટલા માટે કે એ હાથનો સદુપયોગ કરી પોતાને પશુઓ કરતાં ઉચ્ચ બનાવે, પરન્તુ અફસોસ! મનુષ્ય કેટલો કૃતઘ્ન છે? પરમકરુણામય પ્રભુની સર્વ કૃપાઓને ઠોકરે મારી જે હાથ વડે તેણે ઉંચે આવવું જોઇતું હતું, તે જ હાથ વડે તે પોતાનું પતન કરી રહ્યો છે. પ્રાચીન ગુરુકુલ આશ્રમોમાં શિક્ષણ આપનાર ઋષિઓ ગુરુકુલમાં પ્રવિષ્ટ થનાર બાલકોને ઉપદેશ આપતા હતા, કે 'હાથથી ઇન્દ્રિયસ્પર્શ નહિ કરો'! આ ઉપદેશ-વચન સાંભ-

ળીને આજની શિક્ષણ-પ્રણાલીમાં પોષએલા અને ગંદા વાતાવરણમાં વિહરતા એવા ભણેલા લોકો કદાચ્ મોઢું ફેરવીને હસવા લાગશે, પરન્તુ તે હાંસીનો જવાબ તે નવયુવકોના ચહેરા પર લખેલો છે, કે જેઓ કોઇને કહેતાં પણ શરમાય એવી દીલની અસીમ વેદનામાં પોતાના દિનરાત ટૂંકા કરી રહ્યા છે. પૂછો એમને, કે ઈન્દ્રિયસ્પર્શથી દૂર રહેવાનો શો અર્થ છે, અને પૂછો એમને, કે ઇન્દ્રિયસ્પર્શ કરવાનું કેવું ભયંકર પ્રાયશ્ચિત્ત છે.

જનન-અવયવ દબાવાને પરિણામે હસ્તમૈથુનની સંભાવના.

આ સિવાય જનનઅવયવ અચાનક કોઈ વસ્તુની સાથે દબાવાથી પણ એ ઈન્દ્રિયમાં ઉત્તેજનાનો અનુભવ થાય છે, અને તેનું પરિણામ છેવટે એ આવે છે કે, કેટલાક છોકરા-છોકરીઓ હસ્ત મૈથુનની ખૂરી આદત શીખી જાય છે. ડૉ. એલ્બર્ટમોલ લખે છે, કે "ઘોડા પર ચઢવાથી, સીવવાના સંચાને પગથી ચલાવવાથી, સાયકલ દોડાવવાથી, અને રેલ્વેમાં મુસાફરી વખતે ગાડીના ધડધડાટથી પણ ઉત્તેજના પેદા થાય છે. એ જ ઉત્તેજના આગળ જતાં માણસને હસ્તમૈથુન તરફ ધસડી જાય છે." એટલા જ માટે પ્રાચીનકાળમાં પિતા તરફથી બ્રહ્મચારી પુત્રને એ ઉપદેશ આપવામાં આવતો, કે "**गवाश्व हस्त्युष्ट्रादि यानं वर्जय**" એટલે કે બની શકે ત્યાં સુધી બળદ, ઘોડા, હાથી, અને ઊંટ આદિની સવારી છોડી દે. એક વખત આ હસ્તમૈથુનની ટેવના શિકાર બની ગયા પછી છોકરાઓમાંથી સ્વાભાવિક શરમ જતી રહે છે, અને પાયમાલ થવાના જાત જાતના રસ્તા તેઓ ગોતી કાઢે છે. એક લેખક આ પ્રમાણે કહે છે-" તેઓ ખુરસી, મેજ વગેરેની સાથે

ઝુકીને એવી રીતે ઉભા રહે છે, કે જોનારને એમ જ લાગે કે તેઓ સાધારણ રીતે-સહેજ ઉભા છે, પરન્તુ વાસ્તવમાં એ પ્રકારે ઉભા રહેવાથી તેમની જનનઇન્દ્રિય પર એક પ્રકારનું દબાણ પડેલું હોય છે. આ પ્રકારે આત્મવ્યભિચારનું ઘૃણિત કર્મ છોકરાઓ માબાપની સામે જ નહિ પણ કેટલાક માણસોની વચ્ચે પણ કરતા જોવામાં આવ્યા છે." આવા છોકરાઓને સમજાવનાર જો કોઇ હોય, અને તેમને સ્પષ્ટ શબ્દોમાં સમજાવી દે, કે આમ કરવાથી ઉત્તેજના પેદા થશે, અને એ ઉત્તેજના પરિણામે તને પાયમાલ કરી નાખશે, તો અનેક નવયુવકોનાં જીવન બચી જાય. આમ પણ જોવામાં આવ્યું છે, કે કેટલાક બાળકો વાંચતા-લખતા પેટ અને કમર આગળથી ઉંધા પડીને વાંચે-લખે છે. એ સ્થિતિમાં પણ જનનઅવયવ અનુચિત રીતે દબાય છે, તેથી ઉત્તેજના ઉદ્દભવે છે, અને વીર્યનાશ થઇ જાય છે. આવી જાતના પ્રયોગો દુનિઆની આંખમાં ધૂળ નાખવાને કરવામાં આવે છે. એવાઓના આત્માનું અધઃપતન કેટલી હદે થઈ ચૂકયું હશે, કે જેઓ સૌની નજર સામે આત્મવિનાશ કરવાને તૈયાર થઇ જાય છે, અને ધોળે દહાડે એ પાપ કરતા જઇ પોતાની આસપાસની દુનિઆને બેવકૂફ સમજે છે ?! તંગ પાટલૂન અને પાયજામાથી પણ કોઇ કોઇ વાર ઇન્દ્રિય-ઉત્તેજના ઉત્પન્ન થઇ જાય છે. ડૉ. બોર્નહાર્ડ કહે છે, કે "બાલકને જ્યારે લઘુશંકા (પિશાબ) કરવાની ઇચ્છા થાય છે, ત્યારે તેને ઇન્દ્રિય બહાર કાઢવી પડે છે. શરૂઆતમાં બાલક પોતાની મેળે એમ કરી શકતો નથી, બીજા કોઈ માણુસ એ કામ કરી આપે છે. કોઇ કોઇ વાર ઘરના નોકરો એ કામ કરે છે. એ લોકો બાલકને ઇન્દ્રિય સાથે રમત કરતાં શીખવી દે છે; અને

પછી મોટી ઉમ્મરમાં એ જ રમતની ટેવ કોઇ જુદું જ રૂપ ધારણ કરી લે છે." એને દૂર કરવાને એ ડૉક્ટર ૯ થી ૧૪ વર્ષની ઉમ્મરના છોકરાઓને છોકરીઓની પેઠે ખુલ્લાં કપડાં પહેરવાની ભલામણ કરે છે. ડૉક્ટર સાહેબને હિંદની ધોતીની ખબર ઘણું કરીને નહિ હોય, નહિ તો તેઓ એ ધોતીનું જ નામ આપી દેત.

ઉત્તેજનાનાં મુખ્ય કારણોમાં ખોરાક પણ એક મુખ્ય કારણ છે. ડૉ. કેલોગ પોતાના 'પ્લેન ફેક્ટસ' નામના પુસ્તકમાં ખોરાક માટે આ પ્રમાણે લખે છેઃ–

અનુચિત ખોરાકથી હસ્તમૈથુનની સંભાવના.

"અનેક લોકો એમ માને છે કે ભોજન એક સાધારણ વસ્તુ છે. પરન્તુ એ વિચાર ઘણો જ ભ્રામક છે. શરીરક્રિયા-વિજ્ઞાન તો એમ કહે છે, કે શરીર તો શું પણ આપણા વિચાર પણ ખોરાકથી જ બને છે. જે માણસ મસાલાદાર અથાણાઓ, મેંદાની વસ્તુઓ, મિઠાઇ વગેરે ખાય છે, ચા-કૉફી પીએ છે, અને તમાકુનો ઉપયોગ કરે છે, તેમને માટે વિચાર પવિત્ર રાખવા એ આસ્માનમાં ઉડવાની આશા સમાન છે. કદાચ્ એ પવિત્ર જીવન રાખી શકે તો એક ચમત્કાર જ ગણાય. જો કે માનસિક પવિત્રતા તો તે રાખી શકશે જ નહિ."

ડૉ. કોવન 'સાયન્સ ઓફ એ ન્યુ લાઇફ' નામના પોતાના પુસ્તકમાં લખે છે કે, "કામઉત્તેજના પેદા કરવાનાં કારણોમાં દૂષિત ભોજન એક મુખ્ય કારણ છે. બચ્ચાંઓને ખોરાકમાં ઈંડાં, માંસ, મરચાં, મસાલા, અથાણાં, મિઠાઇ, ચા-કૉફી, અને કોઇ કોઇ વખત શરાબ પણ આપવામાં આવે,

અને પછી એ છોકરા માટે માબાપ એમ માને કે મારો છોકરો કામવાસનાથી આઘો રહે, તો તેમનું એ માનવું સર્વથા અસંભવ છે. એ ખોરાક માણસના બચ્ચાને નહિ, પણ ૫–૧૦ વર્ષના એક ફિરસ્તાના બચ્ચાને પણ જો આપવામાં આવે, તો તેનામાં પણ કામ–ઉત્તેજનાનો સંચાર થઇ જાય. તો પછી જેનામાં અનેક પેઢીઓથી કુસંસ્કારો બીજ રૂપે ઉતરતા આવે છે, એવા મનુષ્યના બાળક માટે તો કહેવું જ શું" ?!

બાલકોને રમાડતા નોકરો ને સંબંધીઓ બાલકમાં હસ્ત-મૈથુનનાં બી વાવી દે છે.

નોકરો પણ કેટલીક વખત કોમલ વયના અનેક બાલકોનાં નવયૌવનને હરી લે છે. બચ્ચું જ્યારે રડે છે, ત્યારે તેને રમાડનારી દાઈ તેના ગુહ્ય અંગ પર ધીમી ધીમી થપકી મારે છે. એટલા માટે કે એ બાલકનું ધ્યાન એ થપકીથી થતા આનંદ તરફ ખેંચાય, અને બાલક રડતું અટકે. એ વખતે એમ કરનારને એ ખબર નથી હોતી કે એ મૂર્ખતા–પૂર્ણ ઉપાયનું ભયંકર પરિણામ ભવિષ્યમાં કેવું આવશે. કેટલાક નોકરો અને દાઇઓ તો એવા છે, કે જેઓ બાલકની ગુહ્ય ઇન્દ્રિયને રમાડે ત્યારે જ સંતોષ પામે–ત્યારે જ તેમની ઇચ્છાતૃપ્તિ થાય. તેઓ એમ કરીને એક કોમલહૃદય બાલકના મનને દૂષિત બનાવી દે છે. બાલકની જવાબદારી જેટલી નોકરો પર છે, તેથી અનેક ગણી વધારે માતાપિતાઓ પર છે. તેઓ પોતાની ફરજ નોકરો પર નાખી પોતાના બાલકનું શું થાય છે. એ તરફ પછી દૃષ્ટિ કરતા જ નથી. પ્યારા બાલક! ખરેખર તારી એ ઘડી કમનસીબ હતી, કે જ્યારે તારા માતાપિતાએ તને નોકરોના હાથમાં મૂકી દીધો.

એ મૂર્ખ માતાપિતાઓએ સમજવું જોઇતું હતું, કે તેઓ પોતાની દોલતના ખજાનાની ચાવી નોકરોના હાથમાં મૂકત તો એટલું નુકસાન ન થાત, કે જેટલું નુકસાન એક જીવિત આત્માને નોકરોના હાથમાં મૂકી દઈને તેઓએ કરેલું છે.

પરન્તુ એકલા નોકરોને જ ઠપકો શા માટે આપવો જોઇએ ? ખૂદ કેટલાક માતાપિતા અને અન્ય સંબંધીઓ પણ આંખના એવા અંધ છે, કે તેઓ બાલકની ગુહ્ય ઇન્દ્રિયને રમાડે છે, અને પછી ખડખડ દાંત કાઢે છે. અલબત્ત, તેમનો એમ કરવામાં કોઇ પણ દુષ્ટ હેતુ હોતો નથી, પરન્તુ એ બિચારા નિર્બુદ્ધોને ખબર હોતી નથી, કે તેમની એ બેવકુફીનું પરિણામ ભવિષ્યમાં કેવું ભયભરેલું આવે છે. થોડીઆમાંથી જ એ કુચેષ્ટાઓના સંસ્કાર પડવા માંડે છે, અને તે પણ કોને હાથે ? જેઓ એ બાલકના હિતૈષી-પરમ હિતૈષી ગણાય છે તેમને હાથે. માતાપિતા, સંબંધીઓ, નોકર-ચાકર વગેરે કે જેમને માથે બાલકની રક્ષાની જવાબદારી રહેલી છે, તે બધા એ બાળકની આસપાસ ફરી વળે છે; અને તે શા માટે ? એક નિર્દોષ બાલકને કુચેષ્ટાઓનો પાઠ ભણાવવાનું કાવતરૂં રચવા માટે, તેનું જીવન-ધન બરબાદ કરવા માટે, અને તેને છિન્નભિન્ન કરી નાખવાને માટે ! ‘ સંબંધી ’ કહેવડાવનાર એ મૂર્ખ ઘાતકોની વચ્ચે ઘેરાએલો બાલક કદાચ બચી જાય તો એ એક ચમત્કાર સમજવો. એ લોકો બાલકની કામવાસનાને જાગૃત કરવામાં કશું બાકી નથી રાખતા. કદાચ્ નાની વયને લીધે બાલકમાં કામ વિકારનો અંકુર ન સ્ફૂરે, તો એ કુદરત તરફથી બાલકની રક્ષા સમજવી. બાકી એ લોકો બાલકનું જીવન પતિત કરવામાં કાંઇ પણ કચાશ રાખે છે ખરા ? આના

બચાવમાં તેઓ કદાચ્ એમ કહે, કે તેઓનો ઉદ્દેશ બૂરો નથી હોતો, તેઓ ફક્ત બાલકને પ્રસન્ન કરવાનું જ ચાહે છે, તો શું એ બચાવ તે બચાવ છે? આગ સાથે રમનારાઓના ઉદ્દેશને કોણ પૂછે છે? ઉદ્દેશ તમારો એમ ને એમ પડયો રહેશે, અને થોડા જ વખતમાં તમારી મૂર્ખ ચેષ્ટાઓ વિકરાલ-રૂપ ધારણ કરી લેશે. તે વખતે તમે દાંતમાં આંગળી ઘાલી સ્તબ્ધ બની જશો. તમારી મૂર્ખતાનું પરિણામ થોડા જ વખતમાં તમારી આંખોની સામે આવી ઉભું રહેશે.

સ્કૂલોના વાતાવરણમાં હસ્તમૈથુનની ટેવમાં સપડાતા બાળક.

ઘર છોડીને બાલક સ્કૂલમાં જાય છે. પરન્તુ અફસોસ ત્યાં પણ વાતાવરણ તેના ભોળપણ ને તેના નવયૌવનનું દુશ્મન હોય છે. કેટલાક લોકો આ સાંભળીને ચોંકી ઉઠશે, અને કેટલાક આની સત્યતાની સાક્ષી આપીને શાન્ત રહેશે. આજની સ્કૂલો મોટે ભાગે બાલકોનાં આચરણ બગડવાનું મુખ્ય સ્થાન અને મુખ્ય સાધન થઇ પડયું છે! બાલક સ્કૂલમાં પ્રવેશ કરે છે ત્યારે સાવ નિર્દોષ—કોરો—હોય છે, પરન્તુ જ્યારે તે સ્કૂલનું જીવન પૂરૂં કરીને બહાર નીકળે છે, ત્યારે દુરાચરણો ને કુટેવોનો ચેપ તેને ચોટેલો હોય છે. સ્કૂલમાસ્તર ચોપડી લઇને છોકરાને ભણાવે છે, અને છોકરો એ માસ્તરની સામે જ પોતાની કબર ખોદતો હોય છે. 'દીવા નીચે અંધારૂં' એ લોકોક્તિને તે ચરિતાર્થ કરે છે. સ્કૂલ એ વિદ્યાનું મંદિર છે, પરન્તુ એ પવિત્ર મંદિરમાં જ શયતાન પોતાનો અડ્ડો જમાવીને બેઠેલો હોય છે; અને 'હકાર' કરીને પોતાના ચેલાઓ તૈયાર કરતો જાય છે. શયતાનના ચેલાઓની જમાત જામતી

જાય છે. અનેક બાળકોને હસ્તમૈથુનનો ચેપ ત્યાં લાગુ પડી જાય છે. તેમનું આત્મિક પતન ત્યાં થવા માંડે છે. સ્કૂલોમાં થતા આત્મિક અધઃપતનની વાતો નવી નથી, પુરાણી છે; અને તે એવી છે કે તે સાંભળીને રોમાંચ ખડા થઇ જાય! મી. હેવ-લોક એલિસ પોતાના 'સેક્ષુઅલ સિલેક્શન ઇન મેન' નામના પુસ્તકમાં એક વ્યક્તિની આત્મકથાનું વર્ણન આ પ્રમાણે આપે છેઃ—

"હું દસ વર્ષની વયે સ્કૂલમાં દાખલ થયો. ત્યાં સ્કૂલના ગંદા વાતાવરણમાં પ્રચલિત થએલી કુચેષ્ટાઓની વાતો મારે કાને આવવા લાગી. મને એનાથી બચાવનાર—ચેતાવનાર—તે વખતે કોઈ ન હતું. મેં એવી વાતોમાં ધીમે ધીમે રસ લેવા માંડયો. થોડા જ વખતમાં હું હસ્તમૈથુનની ટેવથી પરિચિત થઈ ગયો. હું હાથવડે મને પોતાને પાયમાલ નહોતો કરતો, પણ ઉંધો પડી જતો હતો. સ્કૂલમાં વિદ્યાર્થીઓ ખુલ્લી રીતે તો હસ્ત મૈથુનને ઘણું જ ખરાબ કામ ગણતા; પરન્તુ અંદર અંદર ગુપ્તપણે તેનો પ્રચાર હતો. એ સ્કૂલ છોડીને મને બીજી બે સ્કૂલમાં જવાનો પ્રસંગ આવ્યો. પરન્તુ ત્યાં પણ એ ટેવ છોકરાઓમાં મને જોવામાં આવી. છોકરાઓ અંદર અંદર એ વિષયની ચર્ચા કરતા, અને તેને એક બૂરી ટેવ ગણતા. એક વખત અચાનક મારા કાનમાં 'ઘુરૂરૂરૂર......' એવો અવાજ થયો. મને ખાત્રી થવા લાગી, કે હસ્તમૈથુન માણસને કમજોર બનાવી દે છે, એમ છોકરાઓ જે વાતો કરતા હતા તે સત્ય છે. નાનપણની હસ્તમૈથુનની ભયંકર ટેવનું પરિણામ, મને કાનમાં ઘુરૂરૂરૂર......' અવાજ રૂપે મોટી ઉમ્મરે દેખાયું. મારો આત્મા મને કહેવા લાગ્યો, કે આ ટેવ મારે મૂકવી જોઇએ. પરન્તુ મારા દીલમાં એ ભય પેસી ગયો હતો, કે

નાની વયથી આ ટેવમાં ફસાયાને લીધે મને ભારે નુકસાન થઇ ચૂકયું છે.

"જોકે એ બૂરી ટેવથી હું અત્યારે મુક્ત થઇ શકયો, પરન્તુ નાનપણથી જ એ ટેવમાં સપડાયાને લીધે હું અનેક રોગનો ભોગ થઇ પડયો. સ્કૂલમાં હતો, ત્યારે મારા હૃદય-દુ:ખનો એક શબ્દ પણ બહાર કાઢતાં હું ડરતો હતો–શરમાતો હતો. મારૂં હૃદય દબાતું જતું હતું–નસો તૂટતી જતી હતી. પરિણામ ઓર વધારે ભયંકર આવ્યું. જેમ જેમ મેં એ વિષય પર પુસ્તકો વાંચવા શરૂ કર્યાં, તેમાં લખેલા હસ્તમૈથુનનાં દુષ્પરિણામનું જ્ઞાન મને થતું ગયું, અને એ પાપની કુદરત તરફથી કેવી કઠોર શિક્ષા થાય છે એ બધું મારા વાંચવામાં આવ્યું, ત્યારે મારૂં હૃદય કંપી ઉઠયું, સ્કૂલ છોડયા પછી પણ મારૂં જીવન એ જ પ્રમાણે ચાલુ રહ્યું–ટેવ ન છૂટી. ચરિત્રને સુધારવા માટે હૃદયમાં પ્રબલ ભાવના ઉઠતી હતી. કુદરત વિરુદ્ધનાં પાછલાં કામોનું પાપ મૂર્તિમાન્ ખડું થઈ મને ડરાવતું હતું, કમકમાટી છૂટતી હતી, પશ્ચાતાપ થતો હતો, અને પાગલ-પણાની બીક પણ મને રહેતી હતી. પરન્તુ એ બધામાં દીલ ધડકી ઉઠે એવી ધાસ્તી મને એ લાગતી હતી, કે હું હજી પણ હસ્તમૈથુનની ટેવમાંથી પૂરેપૂરો છૂટી શકયો નથી, મારૂં શું થશે? જ્યાં સુધી જાગૃત ચેતના સાથે મારો સંબંધ હતો, ત્યાં સુધી હું એ ટેવથી મુક્ત થઇ ચૂકયો હતો. કામવાસના મને જાગૃતદશામાં હસ્તમૈથુનની ઇચ્છા કરાવી શકતી ન હતી. પરન્તુ એક રાત્રિએ ઉંઘ અને જાગૃતિની વચલી અવસ્થામાં એટલે કે અર્ધ નિદ્રા હતી ત્યારે મને એકદમ ખબર પડી ગઇ કે હું મારી બૂરી આદતનો શિકાર થઈ રહ્યો

છું. મને તે વખતે એમ પ્રતીત થયું, કે દૈવી અને આસુરી ભાવની વચ્ચે ઘનઘોર યુદ્ધ ચાલી રહ્યું છે, અને તેમાં આસુરી ભાવ દૈવી ભાવને દબાવી રહ્યો છે. આવો અનુભવ મારો એકલાનો જ નહિ હોય, પણ આ ખૂરી આદતમાં ફસાએલા અનેકનો હશે. મને મારી એ અવસ્થા જોઈને અત્યંત દુઃખ થયું. એ ટેવથી સર્વથા મુક્ત થવાને મેં અનેક ઉપાયો કર્યા. છેવટે હું મને પોતાને એવી રીતે બાંધીને રાત્રે સુવા લાગ્યો, કે જેથી ઉંઘમાં—અર્ધ ઉંઘની દશામાં-ઉંધો થઇ શકું નહિ. એ ઉપાયથી મારી ખૂરી આદતથી છૂટવામાં મને ત્રણે ખરે અંશે સહાયતા મળી."

ઉક્ત જીવનકથાની સાથે સાથે નીચે આપેલું વૃત્તાન્ત પણ ઓછું ઉપદેશપ્રદ નથી. તે પણ એ જ કર્તાના પુસ્તકમાંથી લીધેલું છે :—

"હું લગભગ સાત-આઠ વર્ષની વયનો હતો. મારા મન-વચન-કર્મમાં લેશ માત્ર પણ અપવિત્રતા ન હતી. મારા ગામની એક સ્કૂલમાં હું હંમેશ ભણવા જતો હતો. બસ, એજ સ્કૂલમાં મારા હૃદયની અંદર એ ભાવનાના બીજ બોવામાં આવ્યા, કે જે ભાવના એ કામભાવના હતી એમ આગળ જતાં હું સમજી શક્યો. મારી જ પાસેના એક છોકરા તરફ મારે ખાસ ઝુકાવ થવા લાગ્યો. તે પણ મારી જ ઉમ્મરનો હતો. મને તે ઘણો સ્વરૂપવાન્ જોવામાં આવતો હતો. મારા હૃદયમાં તે વખતે એ છોકરા વિષે શા શા ભાગ ઉઠતા હતા તેની મને પૂરે પૂરી ખબર નથી. હા, એટલું મને બરાબર યાદ છે, કે હું તેની પાસે રહેવાનું ચાહતો હતો. કોઇ કોઇ વખત તેને ચૂમી કરવાની પણ મને ઇચ્છા થઇ આવતી. જો તે અચાનક મારી સામે આવતો તો મને કંઇક શરમ જેવું લાગતું. જ્યારે તે મારી

સાથે ન હોય, ત્યારે મને એના વિષે વિચારો આવતા, અને તેની સાથે મારો જલદી ભેટો કેમ થાય એવા મોકાની હું તપાસમાં રહેતો. જો તે મને તેની સાથે રમવા આવવાનું નિમંત્રણ આપતો, તો મારા આનંદનું કોઇ ઠેકાણું ન રહેતું......"

"એક કુટુંબના સાત ભાઇઓ એ સ્કૂલમાં ભણવા આવતા હતા. અમે બધા બેસીને અંદર અંદર ગંદી વાતો એક બીજાને સંભળાવ્યા કરતા હતા......"

"જ્યારે હું દસ વર્ષનો થયો ત્યારે અમારા ગાડીવાન પાસેથી મેં કેટલુંક ગંદુ ગંદુ શીખી લીધું. બાર વર્ષની વયે મને એક પ્રાથમિક શાળામાં મોકલવામાં આવ્યો. મારૂં રહેવાનું પણ ત્યાં જ હતું. રજાઓમાં હું ઘેર જતો હતો, ત્યારે અમારા ઘરનું કામકાજ કરનાર નોકર સાથે ગંદી ગંદી વાતો કરતો. તેણે મને ઘણું એક શીખવ્યું હશે. એ વખતે મને ઉત્તેજના થવા લાગી હતી. એક વખત ઘરના બધા માણસો જ્યારે બહાર ગયા હતા, ત્યારે હું એકલો પથારીમાં લેટતો હતો. પેલો નોકર અંદર આવ્યો. તે વખતે હું કામુકતા (કામ–ભાવ) ના વિચારોમાં લીન હતો, અને ઉત્તેજિત અવસ્થામાં હતો. એ નોકરે મારૂં નૈતિક પતન કરવાની મહેનત કરી–મને મારૂં પતન કરવાને તેણે સમજાવ્યો, પરન્તુ મેં તેની વાતનો વિરોધ કર્યો. છેવટે પ્રલોભનની સામે હું હારી ગયો. મારૂં પતન થઈ ગયું. થોડા વખત પછી તે મારી પાસેથી જતો રહ્યો. મારૂં મગજ એટલું બધું ઉત્તેજિત થઇ ગયું, કે સૂવું મારે માટે મુશ્કેલ થઇ પડયું. મારી સામે એક આનંદ–દાયક રહસ્ય ખુલી ગયું, એવો મને અનુભવ થવા લાગ્યો. અને પછી? પછી તો હું હસ્તમૈથુન કરતાં શીખી ગયો. મને સ્મરણ

નથી, કે હું કેટલી વાર મને પોતાને ખરાબ કરતો—લગભગ અઠવાડીઆમાં એક અથવા બે વખત એમ કરતો હોઇશ. પછીથી મને પોતાને સ્વયમ્ મારે માટે શરમ આવવા લાગી. હસ્તમૈથુન પછી કોઇ કોઇ વાર જનન-ઇન્દ્રિયમાં, ને કોઈ કોઇ વાર અંડકોષમાં દર્દ થતું હતું. લજ્જાનો ભાવ મારામાં હંમેશ રહેતો: અને એ લજ્જાનો ભાવ પણ કેવો હતો? આવેગમાં આવી ભૂરૂં કામ કર્યા પછી મારા દીલમાં પશ્ચાત્તાપ થતો, કે 'અરે, મેં એવું કામ કર્યું, કે જેને સઘળા લોકો ઘૃણિત કાર્ય ગણે છે'! આવો એ લજ્જા-ભાવ હતો; અને એમાં હું હંમેશ બેચેન રહેતો. હું એમ સમજતો, કે મારૂં અધ:પતન મારા સિવાય બીજું કોઇ જાણતું નથી, પરન્તુ જ્યારે બીજા કોઇની સાથે હું વાત કરતો, ત્યારે મને ખાત્રી થતી, કે મારૂં ગુપ્ત વિનાશ આ માણસ પણ જાણે છે, અને બરાબર જાણે છે. ફક્ત મારી ઇજ્જતને ખાતર તે કાંઇ બોલતા નથી. મને ભય પેસી ગયો હતો, કે હું મારી ગંદી ટેવથી મારા આરોગ્યનું દેવાળું કાઢી રહ્યો છું. એક વખત મારા માસ્તરે મને તેમની પાસે બોલાવ્યો. તેમણે કહ્યું: 'તારી પથારી પર મેં એક ડાઘ જોયો છે'. એ વખતે મારી હસ્ત-મૈથુનની ટેવમાંથી મને સ્વપ્નદોષની શરૂઆત થઇ ચૂકી હતી. મને ખબર ન પડી કે એ ડાઘ હસ્તમૈથુનનો હતો કે સ્વપ્નદોષનો હતો. જ્યારે તેમણે કહ્યું, કે 'આમ કરવાથી તારૂં શરીર પાયમાલ થઈ જશે, મગજ એક થોડું સરખું કામ કરતાં જ થાકી જાય એવું શક્તિહીન બની જશે, અને હૃદય નિર્બળ બની જશે', ત્યારે મારા દુ:ખનો કોઇ પાર ન રહ્યો. તેમણે ફરી વાર એમ ન કરવાના મારી પાસે શપથ (સોગન) લેવડાવ્યા. મને મારી ક્ષુદ્રતા માટે ઘણો ધિક્કાર આવ્યો. એના ભયંકર પરિણામ

સાંભળી હું થરથરી ઉઠયો. મારા માસ્તર અવારનવાર મને બોલાવી હું મારી પ્રતિજ્ઞા પર દઢ રહ્યો છું કે નહિ તેની ખાત્રી કરતા. કેટલાક મહીના સુધી હું તેનાથી છૂટી શકયો. પરન્તુ એક વખત એ બૂરી આદત આગળ હું પાછો હારી ગયો. મને પૂછવામાં આવ્યું, ત્યારે મારી એ નિર્બલતાનો મેં સ્વીકાર કર્યો. છેવટે મારા માસ્તરે મને બોલાવીને પૂછવાનું પણ છોડી દીધું. કાં તો હું સુધરી ગયો એમ સમજીને, અથવા તો હવે મારા સુધરવાની કોઇ આશા નથી એમ માનીને તેમણે પૂછવાનું બંધ કર્યું હશે. ”

વાંચનાર! આ અનુભવોની સાથે તું તારા જીવનની નોટબૂકને સરખાવ. શું એ અનુભવોમાં તને તારા જીવનની ઘટનાઓનો પ્રતિધ્વનિ નથી સંભળાતો? તું પણ ગ્રીષ્મની કોઈ સાયંકાલે, અથવા કોઇ દિવસ એકાંતમાં સૂતી વખતે કોઈ નોકરની ચુંગાલમાં સપડાઇ ગયો નહોતોને? યદિ તું આ ટેવનો શિકાર થઇ ચૂકયો હો, તો શું તને એ યાદ નથી, કે શરૂઆતમાં તારામાં એ ટેવની સામે થવાની ઇચ્છા વેગપૂર્વક ઉઠી હતી—તેં બલપૂર્વક તેનાથી બચવાની મહેનત કરી હતી, પરન્તુ અફસોસ! તારા શિકારીએ તેનો પંજો ઢીલો થવા ન દીધો. હા! તારી એ ક્ષણ તે દેવ અને અસુર—ભાવ વચ્ચેના યુદ્ધની ક્ષણ હતી. તેં તે વખતે તને પોતાને ઢીલો મૂકી દીધો. વંટોળીઓ પાંદડાને ખેંચી ગયો, દરિઓ તણખલાને ઘસડી ગયો! એ આત્મ—પતનની બીજી જ ક્ષણે તારી અવસ્થા કેવી થઇ ગઇ હતી એ તને શું યાદ નથી? શરમનો માર્યો તું ધરતીમાં સંતાતો હતો. તને તે વખતે તારા પોતાના તરફ ઘૃણા શું નહોતી વછૂટી? શું તે વખતે તેં પરમાત્મા પાસે

પશ્ચાત્તાપપૂર્ણ હૃદયથી પ્રાર્થના નહોતી કરી, કે 'હે પરમાત્મન્! મને ફરીવાર મારા આવા આત્મપતનથી બચાવજે'? અને તેમ છતાં પણ ફરી વાર તારા આત્મપતનની ઘડી શું તારી સામે આવી નહોતી ઉભી રહી? અને તે વખતે પણ તારી ઇચ્છા-તૃપ્તિના વેગ આગળ તારી શરમ ભરેલી હાર શું નહોતી થઇ? દર્પણમાં તારૂં મ્હોં જોવાની પણ હિંમત તારામાં શું તે વખતે રહી હતી? એવા એક નહિ પણ અનેક કિસ્સા તારા જીવનમાં શું નહોતા બન્યા? અને પછી એ પ્રત્યેક વખતે તું એટલો બધો નિર્બળ શું નહોતો થતો ગયો, કે છેવટે એની સામે થવાની હિંમત પણ તારામાં ન રહી, અને એ પિશાચિણી ટેવોનો તું છેક ગુલામ જ બની ગયો? એવી પણ ક્ષણો તારા જીવનમાં આવી હતી, કે જ્યારે તેં એ ટેવમાંથી છૂટવાને ભારે પછાડા માર્યા હતા, પણ તેમાં તું ફાવી ન શકયો. આ બધા એવા અનુભવો છે, કે જે દરેક નહિ તો લગભગ ઘણાખરા નવયુવકોને તેના જીવનમાં પ્રાપ્ત થયા હશે.

હસ્તમૈથુનનાં માનસિક કારણો.

કામવાસનાને જાગૃત કરનાર ભૌતિક કારણો વિષે આપણે ઉપર જોઇ ગયા. હવે એનાં માનસિક કારણો આપણે તપાસીએ.

ગંદી કલ્પનાઓમાં-થી હસ્તમૈથુનની સંભાવના.

નાનપણમાં જો કામ-ઇચ્છા ઉત્પન્ન થઇ કામપ્રવૃત્તિ તરફ બાળક ઢળે છે, તો તેમ થવામાં માનસિક કારણ કરતાં શારીરિક-ભૌતિક-કારણનું પ્રમાણ વધારે હોય છે; કેમકે એ અવસ્થામાં માનસિક વિકાસ બહુ ઓછો થએલો હોય છે. પરન્તુ પછી ધીમે ધીમે શારીરિક અવસ્થાનો પ્રભાવ મન પર,

અને માનાસક અવસ્થાનો પ્રભાવ શરીર પર પડવા માંડે છે. મોટી ઉમ્મરના માણુસમાં શારીરિક ઉત્તેજનાથી મનોવિકાર, અને મનોવિકારથી શારીરિક ઉત્તેજના થવા માંડે છે.

"કોઇ કોઇ વખત હસ્તમૈથુન ફક્ત શારીરિક ઉત્તેજનાનું જ પરિણામ હોય છે. મનની તેમાં મુદ્દલ દખલગીરી હોતી નથી. વ્યક્તિના મનમાં કોઇ (નર કે સ્ત્રી) જાતિ સંબંધી વિચાર ઉદ્ભવતો નથી. એ ફક્ત એકલી શારીરિક ક્રિયા જ હોય છે. પરન્તુ એવી અવસ્થા લગભગ ત્યાં સુધી જ રહે છે, કે જ્યાં સુધી માનસિક વિકાસ થએલો હોતો નથી. માનસિક વિકાસ થયા પછી સ્થિતિ ફરી જાય છે. ત્યારે તો માણુસ ઉત્તેજના થાય છે એટલે અમુક કલ્પિત પ્રતિમાઓ પોતાની સામે લાવી ખડી કરી દે છે. કોઇ વખત કોઈ છોકરીનો, તો કોઇ વખત કોઇ છોકરાનો ખ્યાલ મનમાં લાવી તે હસ્તમૈથુનનો શિકાર બને છે. છોકરીઓ પણુ પોતાને ખરાબ કરતી જાણુવામાં આવેલી છે. કેવલ શારીરિક હસ્તમૈથુન, કે જેમાં ફક્ત શારીરિક ઉત્તેજના જ હોય છે, મનમાં બીજા કોઇનો પણુ ખ્યાલ કરવામાં આવતો નથી, તે મોટે ભાગે છોકરાઓમાં જ જોવામાં આવે છે, જુવાનોમાં નહિ. જુવાનો તો શરીર અને મન એ બન્નેની સહાયતાથી પોતાનો નાશ કરવાને તૈયાર થઈ જાય છે."

જુવાનીમાં હસ્તમૈથુન ખાસ કરીને માનસિક રૂપ ધારણુ કરી લે છે. પ્રેમીની કલ્પના કરી તેને માટે મનમાં ભિન્ન ભિન્ન પ્રકારના તર્ક–કુતર્ક ઉઠાવી પોતાના જીવનનું સત્યાનાશ વાળનારા યુવકોની આજ કમી નથી. છોકરા અને છોકરીઓ ગંદી કલ્પનાઓથી પોતાના મનને ખરાબ કરી નાખે છે. મૂર્ખ માતા-પિતાઓ ઘરની અંદર અશ્લીલ–મનોભાવને ઉશ્કેરે તેવી–ગંદી

છબીઓ ટાંગે છે. એ જોઇ છોકરાઓના દીલમાં તરેહ તરેહના ગંદા વિચાર ઉત્પન્ન થાય છે. એ માતાપિતાઓના મનમાં એવી છબીઓને જોઈ કયા સારા વિચાર આવતા હશે? સભ્યતાનો શ્વાસ લેનાર આ યુગમાં માણસનું મન કેટલું ગંદુ—અશ્લીલ—બની ગયું છે, એ જો જોવું હોય તો કોઇ મોટા સ્ટેશનના બૂકસ્ટોલ પર વેરાએલી પડેલી નોવેલોનાં નામ વાંચી જાઓ, અને તેમાંના ચિત્રો જોઇ જાઓ, બસ, એટલું જ આ યુગનું નગ્નચિત્ર આંખોની સામે દોરવાને માટે પૂરતું છે. આજ વિદ્યાર્થી—જગત્‌માં મનોભાવ ઉશ્કેરાય એવી જાતની નવલકથાઓ હોંસથી વંચાય છે. વિદ્યાર્થીઓ તેમાંની ગંદી ઘટનાઓની મજા લેવાને પ્રેરાય છે, અને જોતજોતામાં ખરાબીને રસ્તે ચઢી જાય છે. સ્કૂલના છોકરાઓની ઠઠ્ઠા—મશ્કરીઓ સાંભળો, દિવાલો પર લખવામાં આવતા તેમના શબ્દો વાંચો, તો માલમ પડશે કે આજના છોકરાઓની કલ્પનાશક્તિ ગંદકીની અંદર કેટલી લદબદી રહેલી છે. કલ્પનાશક્તિ સડી જાય, તે નિર્માલ્ય થઇ જાય, અને વ્યભિચાર તથા દુરાચારનું વાતાવરણ ઉભું થાય, એવાં દશ્યો જોવા માટે આજે છોકરાઓ નાટક, સિનેમા, અને નૃત્યગૃહોમાં જાય છે. પછી તેમની એવી અવસ્થા થાય છે, કે એ અવસ્થાને એક બિમાર માણસની અવસ્થા સાથે સરખાવી શકાય. એમનાં મસ્તિષ્ક કામભાવની ગંદામાં ગંદી કલ્પનાઓથી એટલે સુધી ભરાઇ જાય છે, કે એમની પાસેથી પછી ઇન્દ્રિયનિગ્રહની—સંયમની—આશા રાખવી એ નરી મૂર્ખતા જ ગણાય. એટલા જ માટે પ્રાચીન સમયમાં બ્રહ્મચારીને જે જે ઉપદેશ આપવામાં આવતો તેમાં એક ઉપદેશ એ હતો, કે '**નર્તનં ગીતવાદિત્રં વર્જ્યં**'—નૃત્યુ, ગાવું, બજાવવું છોડી દો, એ બ્રહ્મચર્યજીવન માટે ઉપયોગી નથી.

એક તરફ જ્યારે ગંદી કલ્પનાઓ ઉપર્યુક્ત પ્રમાણે છોકરાઓને ખરાબ કરે છે, ત્યારે બીજી તરફ 'ચિન્તા' પણ છોકરાઓના જીવન-સત્ત્વને શરીરની બહાર કાઢી નાખવાનું કામ કરે છે. છોકરાઓને અકુદરતી માર્ગે ચઢી જવાનું આ ચિન્તા પણ એક કારણ છે. ચિન્તાથી એક પ્રકારના બોજા જેવું લાગે છે. આપણે જાણીએ છીએ,

અતિશય ચિન્તામાંથી પણ વીર્યનાશની સંભાવના.

કે જ્યારે શરીરના કોઇ ભાગપર કાંઇ નાનું સરખું કાપકૂપનું કામ કરવું હોય છે, ત્યારે એ ભાગ પર દવા લગાડી તેની ચેતનાશક્તિને નિર્જીવ કરી નાખવામાં આવે છે. માણસની ચેતનાશક્તિ જ્ઞાનતંતુઓ ઉપર જ આધાર રાખે છે; અને તેથી શરીરના કોઇ ભાગ પર દવા લગાડી એ ભાગની ચેતનાશક્તિને મારી નાખવામાં આવે છે એનો અર્થ એટલો જ, કે એ ભાગના જ્ઞાનતંતુઓની ચેતનાશક્તિને અમુક વખતને માટે મારી નાખવામાં આવે છે. એથી જ પછી એ ભાગપર કાંઇ કાપકૂપ થતાં વેદના જણાતી નથી. એ જ પ્રમાણે જ્યારે કોઈ છોકરાપર ચિન્તાનું દુઃખ વધી પડયું હોય છે, ત્યારે એ પોતાનો દુઃખભાર ઓછો કરવાને કેટલીક વખત હસ્તમૈથુન તરફ વળી જાય છે. હસ્તમૈથુનથી થોડીવારને માટે તેને ચિન્તાના દુઃખમાંથી રાહત મળવા જેવું લાગે છે. વાંચનારને આશ્ચર્ય લાગશે, કે હસ્તમૈથુનથી તો વીર્યનાશ થઈ જાય છે, અને તેથી ચિન્તામાંથી રાહત કેવી રીતે મળે? ચિંતાનું દુઃખ તેથી વધે કે ઘટે? આવો પ્રશ્ન ઉઠે એ સ્વાભાવિક છે. આનું કારણ એ છે કે હસ્તમૈથુનને પરિણામે વીર્યનાશ થઇ જવાથી મગજમાં, શરીરના જ્ઞાનતંતુઓમાં અશક્તિ

આવી જાય છે—તે ઢીલા પડી જાય છે, એમ થવાથી તેમાંથી ચેતનાશક્તિ પણ ઓછી થઈ જાય છે. જ્યારે એ પ્રમાણે મગજની–જ્ઞાનતંતુઓની–ચેતનાશકિત ઘટી જાય છે, ત્યારે ચિન્તાના દુઃખની અસર ઓછી જણાય છે, અને તેથી થેાડી વારને માટે છુટકારા જેવું લાગે છે. દુઃખ–સુખની લાગણીનેા આધાર મગજ પર છે. મગજને–જ્ઞાનતન્તુઓને–વીર્યનાશ થઇ જવાથી એકદમ આઘાત થાય છે, ત્યારે એટલી વાર એ ચેતનતા ઘટી ગએલા મગજને—જ્ઞાનતન્તુઓને—ચિન્તાની અસર પણ નહિ જેવી જ જણાય છે, કાંઇક રાહત જેવું લાગે છે. પરન્તુ એથી શું ખરેખરી રાહત મળે છે? ના, ના. એથી તેા જ્ઞાન-તન્તુઓ વધારે ને વધારે અશક્ત બનતા જાય છે—ઢીલા થતા જાય છે; અને તેથી એક થેાડી સરખી ચિન્તા કે વેદનાની સામે થવાનું સામર્થ્ય પણ પછી રહેતું નથી. આખરે મગજની—જ્ઞાનતંતુઓની—શક્તિ ઘણી જ ઘટી જાય છે, અને ત્યારે માણસનું એ નબળું મગજ આત્મઘાત કરવા તરફ પણ પ્રેરાય છે!

ચિન્તાના દુઃખને હલકું કરવાને કેટલીક વખત છેાકરાઓ આ પ્રમાણે હસ્તમૈથુનના સહેલા ઉપાયને શેાધી કાઢે છે. પરન્તુ એ બિચારા ભેાળાઓને એ ખબર નથી હેાતી, કે દુઃખનેા બેાજો થેાડી ક્ષણેા માટે ઓછેા કરીને તેઓ પહેલાથી પણ અધિક બેાજો પેાતાના મગજ પર ભરે છે. ચિન્તા અને વીર્ય-નાશનેા અરસ્પરસ કેટલેા સંબંધ છે, એ બતાવવાને ડૉ. એલ્બર્ટ મેાલ એક વીસ વરસના યુવકેાનેા અનુભવ નીચે મુજબ રજુ કરે છેઃ—

તે યુવક કહે છે, કે “સેાળ વર્ષની ઉમ્મરે પહેલી જ વાર મને કામ-ભાવનેા અનુભવ થયેા. એની પહેલાં જો કે મારા ભાઇ-

બંધોએ મારી સાથે સ્ત્રી–પ્રસંગ, હસ્તમૈથુન વગેરેની વાતો કરી હતી, પરન્તુ મેં મને પોતાને ખરાબ થવા દીધો ન હતો. એક વખત હું ઉંચા કલાસમાં ભણતો હતો, ત્યારે મને ગણિતનો એક હિસાબ મારા માસ્તરે કરવાને આપ્યો. એ હિસાબ હું કરી ન શકયો. મને ચિન્તા થવા લાગી, કે હિસાબ નહિ થાય તો ? કારણ કે એ હિસાબ ઉપર જ મારો ઉપલા કલાસમાં જવાનો કે ન જવાનો આધાર હતો. મારી ચિન્તા ઘણી વિશેષ વધી પડી. મેં અર્ધોએક હિસાબ કર્યો હશે, એટલામાં માસ્તરે ઉંચે અવાજે કહ્યું: '૧૦ મિનિટ બાકી છે, પછી પેપર લઇ લેવામાં આવશે.' મારી ચિન્તા હદ વગરની વધી પડી, અને બીજી જ ક્ષણે મને વીર્ય–સ્ખલનનો અનુભવ થયો."

એક બીજો વિદ્યાર્થી ડૉ. એલ્બર્ટ મોલને પોતાનો અનુભવ આ પ્રમાણે જણાવે છે:—

"હું એક કલાસમાં વગર જોયે એક વિષયનો અનુવાદ કરી રહ્યો હતો. મને ભય હતો, કે હું વખત પૂરો થતાં પહેલાં તેને પૂર્ણ કરી શકીશ નહિ. મને તેની એટલી બધી ચિન્તા વધી પડી, કે વીર્ય સ્ખલિત થઇ ગયું."

અતિ ચિન્તાથી વીર્ય–સ્ખલન થઇ જાય છે. એથી જ ઉંચી પરીક્ષાના દિવસોમાં મોટી ઉમ્મરના વિદ્યાર્થીઓને કેટલીક વખત રાતમાં સ્વપ્નદોષ થઇ આવે છે. એ બિચારાઓને એ ખબર નથી હોતી, કે પરીક્ષાની ચિન્તા તેમના જીવનને કેટલે સુધી સુકાવી નાખે છે. કેટલાક લોકોનો આવો પણ અનુભવ છે, કે જ્યારે ઉંઘમાં સ્વપ્નદોષ થઈ જાય છે, ત્યારે પછી તેને રોકવાની તેઓ દિવસે ભારે ચિંતા કર્યા કરે છે. પરન્તુ પરિ-

ઉલટું વધારે ખરાબ આવે છે. એ ચિન્તાને લીધે સ્વપ્નદોષ અટકવાને બદલે ઉલટો વધવા લાગે છે. સ્વપ્નદોષથી બચવાની ચિન્તા કર્યા કરનારાઓને માટે તેનાથી બચવું મુશ્કેલ થઈ પડે છે.

નવરાઓના મનમાં કામ-ઉત્તેજનાની સંભાવના.

નિરુદ્યમીપણું-નવરાપણું-પણ માણસના નૈતિક પતનમાં સહાયક થાય છે. જાગૃત અવસ્થામાં મન એક ક્ષણ પણ નવરૂં બેસતું નથી. નવરા માણસોનાં મન કદી પણ નવરા નથી હોતાં. તે તો સંકલ્પ-વિકલ્પ કર્યા જ કરે છે. એ વખતે ખાસ કરીને ગંદા વિચારો મનમાં સહેલાઇથી પ્રવિષ્ટ થઈ જાય છે. નવરૂં મન એ ગંદા વિચારોનું ઘર છે. એ ગંદા વિચારો મનમાં જ્યાં આવવા લાગ્યા, કે પછી તેમાંથી કામ-ઉત્તેજના પેદા થાય છે, અને એ કામ-ઉત્તેજના માણસને ખરાબીના રસ્તા તરફ છેવટે ખેંચી જાય છે. નવરાઓ એમ માનતા હોય, કે તેમનું મન પણ નવરૂં છે, તો તેમાં તેઓ મોટી ભૂલ કરે છે. તેમના મનનો કબજો તો ગંદી કલ્પનાઓએ, અથવા 'ચિન્તા'એ ક્યારનોય લઇ લીધો હોય છે. એ બંને માણસની પાયમાલી કરનાર શયતાનના મુખ્ય હથિઆર છે. એક વાર અખંડ બ્રહ્મચારી ઋષિ દયાનન્દને પૂછવામાં આવ્યું, કે 'તમને કામદેવ કોઇ વખત સતાવે છે કે નહિ'? ઋષિએ તેનો ઉત્તર આપ્યોઃ 'હા, એ આવે છે, પરન્તુ તેને મારા મકાનની બહાર જ ઉભું રહેવું પડે છે, કેમકે મને કોઇ વખત એ નવરો બેઠેલો જોતો નથી.' ઋષિ દયાનન્દ પોતાના કાર્યોમાં એટલા બધા વ્યગ્ર રહેતા હતા, કે તેમને અહીં તહીંની વાતો માટે ફુરસદ જ ન હતી. ઋષિ દયાનન્દના બ્રહ્મચર્યનું આ એક રહસ્ય હતું.

અરે, ઓ બાલક ! શું તું નવરો રખડયા કરે છે ? હા, અફસોસ ત્યારે તો એ ભય છે કે તું અકુદરતી આદતોમાં કદાચ ફસાઈ ન જા. જરૂર, તારા પર આ પ્રકારની શંકા લાવવી એ તારૂં અપમાન કરવા બરાબર છે, પરન્તુ માફ કરજે, સંસારનો અનુભવ એમ જ કહે છે. 'મારી પાસે સમય નથી–સમય નથી,' એમ કહી તું લોકોને ઉંધું ના સમજાવ. તારી પાસે તો બધો સમયજ સમય પડેલો છે. તું એનો સદુપયોગ કયાં કરે છે ? આપણે હિંદીઓ સમયની કિંમત નથી જાણતા. નવરા બેસવા કે ગપ્પા મારવાઓમાં જ આપણને આનંદ આવે છે. આલસ્ય આપણી નસેનસમાં ભરેલું છે. સમયની કિંમત સમજવામાં આપણે સર્વની પાછળ છીએ. નોવેલો વાંચવામાં, અને નાટક–સિનેમાઓ જોવામાં રાચતા આપણા સભ્ય સમાજના આળસુ જીવનોએ કુટેવો–દુરાચાર આદિના આપણા ઢગલાને બેવડો બનાવી દીધો છે. શયતાનની સાથે આપણી દોસ્તી જામતી જ જાય છે; કેમકે આળસુ જીવન એ શયતાનનો જ એક પ્રતિનિધિ છે !

પ્રકરણ ૮ મું.

આત્મવ્યભિચાર (હસ્તમૈથુન)નું પરિણામ.

મનુષ્ય–સમાજનું અસ્વાભાવિક પતન ખાસકરીને જે કારણથી થાય છે, તે કારણને ભૌતિક કારણો અને માનસિક કારણો એમ બે વિભાગમાં વહેંચી નાખી તેનું વર્ણન પાછલા પ્રકરણમાં કરવામાં આવેલું છે. હવે આ પ્રકરણમાં એ અસ્વભાવિક પતનનું–એટલે કહો કે એ હસ્તમૈથુનનું પરિણામ શું આવે છે, એનો વિચાર કરવામાં આવેલો છે.

હસ્તમૈથુન એટલે કે અકુદરતી મૈથુનના પરિણામને ત્રણ વિભાગમાં વહેંચી નાખવામાં આવેલું છે. **શારીરિક**, **માનસિક**, અને **આત્મિક**. આ ત્રણેનું વર્ણન ક્રમશઃ આ પ્રકરણમાં આપેલું છે.

હસ્તમૈથુનનું શારીરિક પરિણામ.

હસ્તમૈથુનનું પરિણામ શરીર પર જે થવું જોઇએ તે તો થાય જ છે, પરન્તુ જનનેન્દ્રિય પર પણ તેનું પરિણામ એવું

થતું નથી. હસ્તમૈથુનથી વીર્યનાશ કરવામાં આવે છે, તેમાં વીર્ય-વાહિની નળી (વાસડેફરન્સ) પૂરેપૂરી ખાલી થઇ શકતી નથી, થોડું વીર્ય તેમાં રહી જાય છે. એ રહી ગએલું વીર્ય સડવા માંડે છે, અને મૂત્રમાર્ગ (યુરિથ્રા)ની અંદર બળતરા પેદા થાય છે. એ બળતરા કોઇ કોઇ વખત એટલી હદે વધી જાય છે, કે પરિણામે એ બૂરી ટેવના રોગીને પિશાબમાં પણ બળતરા દાખવે છે. મૂત્રાશયનું કાર્ય પણ સ્વાભાવિકપણે ચાલતું નથી, અને વારંવાર પિશાબની ઇચ્છા થાય છે. એ બળતરામાંથી બીજી હરકતો પણ ઉભી થાય છે. ઇન્દ્રિય રહી રહીને ઉત્તેજિત થઇ જાય છે—એ ઉત્તેજનામાં દુઃખ થાય છે. રાત્રે સૂતા સૂતા સ્વપ્નદોષ થઇ જાય છે. જેઓ આ ભયંકર ટેવમાં બહુ ફસાએલા હોય છે, તેમની સ્થિતિ આગળ જતાં એવી થઇ જાય છે, કે શરૂઆતના સમયમાં તેમને ઇન્દ્રિય–ઉત્તેજના જે એની મેળે—આપોઆપ—થતી હતી, તે ઉત્તેજના પછી તો ઇચ્છા કરવામાં આવે છે તોપણ થતી નથી—ઇન્દ્રિય શિથિલ રહે છે. થાકી ગએલી નસો પછી કામ કરતી નથી. તેમને જગાડવાને વધારે ઉત્તેજક ઉપાયો કામે લગાડવા પડે છે; અને એમ કરવાની ફરજ પડે એ સ્વાભાવિક પણ છે. છેવટે વખત એવો આવે છે, કે અભાગીઆ માણસોને હસ્તમૈથુનથી પણ ઇન્દ્રિય–ઉત્તેજના થતી નથી—તે શિથિલ જ રહે છે; અને તેથી તેને ઉત્તેજિત કરવાને તે ગભરાઇને બીજા અકુદરતી ઉપાયોને ઢૂંઢે છે. પણ આખરે તેનું પરિણામ શું આવે છે? જેમ એક અત્યંત થાકી ગએલા ઘોડાને ચાબુક મારતાં પછી તે એક ડગલું પણ ન ભરતાં હેઠે પડે છે, તેજ પ્રમાણે એ થાકી ગએલા અભાગીઆ માણસનું કાં તો જીવન

હસ્તમૈથુનનું જનન–અવયવો પર પરિણામ.

ખતમ થઇ જાય છે, અને કાં તો હંમેશને માટે એ પુરુષત્વ ખોઇ બેસે છે. જનનેન્દ્રિયમાં પછી ચેતનતા મુદ્દલ પણ રહેતી નથી. દિન અને રાત ગમે ત્યારે ઇચ્છા ન હોવા છતાં પણ વીર્ય સ્ખલિત થવા માંડે છે. પછી તો એ વીર્યસ્ખલનમાં હર્ષનો અનુભવ પણ નથી રહેતો. કેટલાકનું વીર્ય મૂત્રાશય (બ્લૅડર)માં ચાલ્યું જાય છે, અને તેમને પછી મધુપ્રમેહ લાગુ પડે છે. કોઇ કોઇ વખત દસ્ત જતી વખતે વીર્ય ટીપે-ટીપે બહાર નીકળે છે. બૂરી આદતમાં સપડાએલો માણસ છેવટ બૂરા રોગમાં સપડાય છે. કદાચ્ એવો માણસ જો પરણેલો હોય, તો તેનું વીર્ય સ્ત્રી-પ્રસંગ થવાની પહેલાં જ સ્ખલિત થઇ જાય છે. તે વખતે પોતાની એ સ્થિતિ જોઈ તે લજવાય છે-તેને પોતાના તરફ ઘૃણા ઉત્પન્ન થઇ જાય છે, અને સ્ત્રીઓથી પણ તે ડરવા લાગે છે. તેનામાં વીર્યની ટકાવવાની શક્તિ જ નથી રહેતી. અંડગ્રન્થીઓ (ટેસ્ટિ-કલ્સ) પર ઘણો બોજો પડી ચૂકેલો હોય છે, કારણ કે વીર્ય પેદા કરવાનું કામ એ ગ્રન્થીઓ કરે છે; અને તેથી અંડગ્રન્થીઓમાં પણ દર્દ થવા લાગે છે. વીર્યવાહિની નળી (વાસડેફરન્સ) પણ અશક્ત થતી જાય છે. અંડકોષ ઘણા નીચે લટકવા લાગે છે, જનનેન્દ્રિયમાં મુદ્દલ તાકાત રહેતી નથી. ટૂંકામાં એને માટે એટલું જ કહી શકાય કે હસ્તમૈથુનથી માણસોના ઉત્પાદક અંગ તેનું કર્ત્તવ્ય કરવાને સાવ અયોગ્ય બની જાય છે. તે માણસ પછી હસ્તમૈથુનને લાયક પણ રહેતો નથી. તે જે ચીજનો આનદ લેવા જાય છે, તે આનંદથી તેને ઉલટો વંચિત કરી દેવામાં આવે છે, કેમકે એ દિશામાં ભરવામાં આવતું એક એક પગલું માણસને નપુંસકતા તરફ ખેંચી જાય છે.

હસ્તમૈથુનનું જનનેન્દ્રિય પર કેવું પરિણામ થાય છે, એ

વિષે આપણે જોઇ ગયા. પરન્તુ એ સિવાય આખા શરીર પર

હસ્તમૈથુનનું સમગ્ર શરીર પર પરિણામ.

તેની જે અસર થાય છે, તે કોઇથી છૂપી નથી. વીર્ય બને છે શેમાંથી? એ બને છે અંતે લોહીમાંથી. આથી જે માણસ વીર્ય–વિનાશ કરે છે તે પોતાના લોહીના ભંડારને જ ખાલી કરે છે. જેમ જેમ એ ટેવની જડ જામતી જાય છે, તેમ તેમ લોહીમાં ઘટાડો થતો જાય છે. એટલા માટે હસ્તમૈથુનમાં સપડાએલાને લોહી ઘટી જવાથી જે જે બિમારીઓ ઉત્પન્ન થાય છે, તે તે બિમારીઓનો ભોગ પણ થવું પડે છે. માથાના વાળ પડી જાય છે, તે સફેદ થઇ જાય છે, આંખોમાં તેજ રહેતું નથી, તે અંદર ઉતરતી જાય છે, તેની આજુબાજુ કાળી–કાળી છાયા પડી જાય છે, દાંત ખરાબ થવા માંડે છે, અને ચહેરા પરથી નૂર ઉડી જાય છે. છાતી સંકોચાય છે, અને પાચનક્રિયા બગડી જાય છે. જ્યારે કશું પચતું નથી, ત્યારે કાં તો કબજીઆત થઇ જાય છે, અને કાં તો ઝાડ થઈ જાય છે. શરીર ઉપવાસી જેવું લાગે છે. કમતાકાત લોહી શક્તિ માગે છે. પણ એ શક્તિ દવા–દારૂથી નથી મળતી, નપુંસકતા હઠાવવાના ઔષધોથી પણ નથી મળતી. એ મળે છે ફક્ત ખુલ્લા મૂકેલા દરવાજાને બંધ કરવાથી–વીર્યની રક્ષા કરવાથી. હૃદયમાં પણ પૂરતું લોહી પહોંચી શકતું નથી. તે ધડકવા લાગે છે. લોહી ન મળી શકવાથી ફેફસાં પણ ક્ષીણ થવા માંડે છે. આંતરડાંઓમાં પણ લોહી ઘટી જાય છે, તે પોતાનું કામ બરાબર કરી શકતા નથી, અને તેથી કબજીઆત દિન પરદિન વધતી જાય છે. મૂત્રાશય અને ગુર્દાનાં દર્દ પણ ઘર કરવા માંડે છે. શરીરના દૂર દૂરના ભાગ–હાથ અને પગ–સુધી પૂરતું લોહી પહોંચી શકતું નથી, અને તેથી તે ભાગ

ઠંડા રહેવા લાગે છે. શરીરનાં સાંધાઓ, માથું, ગર્દન, કોણી, ઘુંટણ વગેરે–દુખવા લાગે છે. આ બધું લોહી ઘટવાને પરિણામે ઉદ્ભવે છે. કુદરત હસ્તમૈથુનના અપરાધીને એવી તો કડોર સજા કરે છે, કે એ અપરાધી પછી પોતાના ઉત્પાદક અવયવોનો દુરુપયોગ તો શું, પરંતુ બીજા કોઈ પ્રકારનો ઉચિત ઉપયોગ પણ કરી શકતો નથી. એનો એ અપરાધ શું ઓછો છે, કે પરમાત્માએ આપેલી જે બક્ષીસથી પોતાના આત્માની તે ઉન્નતિ કરી શકતો હતો, તે બક્ષીસને તેણે આંખો વીંચીને લુંટાવી દીધી! એ દુરુપયોગ દેખીને કુદરત પોતાની બક્ષીસ પાછી લઇ લે છે, અને એવા માણસને પછી આપણી ભાષામાં નપુંસક–પાંગળો–કોઢીઓ–એવા નામથી ઓળખવામાં આવે છે.

એક પ્રખ્યાત ડૉકટરનું કથન છે, કે હસ્તમૈથુનથી, અથવા એવા જ બીજા કોઇ અકુદરતી સંબંધથી ઉત્પન્ન થતા દર્દોનું લીસ્ટ સંપૂર્ણરીતે તૈયાર કરી શકાતું જ નથી. વિષયની પ્રચંડ ઇચ્છાથી માણસની જ્ઞાનતન્તુઓની શક્તિનો નાશ થાય છે. એ જ્ઞાનતન્તુની શક્તિ વીર્યને લીધે જ હોય છે. એક ઔંસ (લગભગ એક અધોળ) વીર્ય, અને શરીરના બીજા કોઇ પણ ભાગનું ૪૦ ઔંસ લોહી એ બે બરાબર છે. જ્ઞાનતન્તુ–શક્તિનો નાશ થવા માંડયાથી માણસને પછી કોઇ પણ જાતના દર્દને નિમંત્રણ આપવાને હંમેશ તૈયાર રહેવું પડે છે. કામભાવના વિચારોથી વીર્ય અને જ્ઞાનતન્તુ–શક્તિ એ ઉભયનો નાશ થાય છે, અને તેથી હસ્તમૈથુનમાં ફસાએલાઓને વીર્ય તથા જ્ઞાનતન્તુને લગતા અનેક વ્યાધિઓ ઉત્પન્ન થાય એ સ્વાભાવિક છે.

આ પ્રકરણમાં એક વાત પર ધ્યાન આપવું ખાસ આવશ્યક

છે. પાયમાલીનાં જે લક્ષણોનું વર્ણન ઉપર કરવામાં આવેલું છે, તે લક્ષણો વીર્યનાશને પરિણામે જ ઉત્પન્ન થાય છે એમાં કંઇ પણ સંદેહ નથી. પરન્તુ તે ઉપરથી એમ માનવાનું નથી, કે જ્યાં જ્યાં એ લક્ષણો દેખાય ત્યાં ત્યાં વીર્ય–નાશ જ એનું કારણ હશે.

દુબળા–પાતળા સદાચારી માટે ખોટી શંકા.

કેટલાક અધકચરા વિચારના માણસો એવાં લક્ષણો દેખી કોઈ ભલા માણુસ પર સંદેહ લાવે છે. કોઇનું શરીર નબળું પડયું, કે તરત તેના આચરણ માટે આંગળી ઉઠાવે છે. અર્ધદગ્ધ વિચારના માણસો કેટલીક વખત એક સારા માણસને પણ બદનામ કરી નાખે છે. એવા અંધભક્તોએ બ્રહ્મચર્યના કાર્યને જે ધક્કો પહોંચાડયો છે, તે બ્રહ્મચર્યના વિરોધીઓ પણ કદાચ્ નહિ પહોંચાડી શકે. એવાઓને લીધે જ બ્રહ્મચર્યની હાંસી થાય છે. એથી તો આજકાલ બ્રહ્મચર્ય એક અસંભવ જેવું બની ગયું છે. એ સમજવું જોઇએ, કે જેમ બ્રહ્મચર્યથી શરીર–રક્ષા થાય છે, તેમ બીજાં કરણોથી પણ શરીર–રક્ષા થાય છે; અને જેમ બ્રહ્મચર્ય–નાશથી શરીર ખરાબ થાય છે, તેમ બીજાં કારણોથી પણ શરીર ખરાબ થઈ શકે છે. ઉદાહરણ તરીકે એક મજબુત માતાપિતાના વ્યભિચારી પુત્રનું શરીર, એક દુબળા–પાતળા માતાપિતાના સદાચારી પુત્ર કરતાં સારૂં હોઇ શકે છે; અને તે પરથી કાંઇ એમ ન માની લેવાય, કે મજબુત શરીરનો વ્યભિચારી તે બ્રહ્મચારી છે, અને દુબળો–પાતળો સદાચારી તે વ્યભિચારી છે. બ્રહ્મચર્યના ખરા સ્વરૂપને ન સમજનારાઓ બહુધા એમ જ માની લે છે. તેઓ એમ નથી વિચારતા, કે બ્રહ્મચયના કારણ સિવાય બીજાં કારણો પણ દુનિઆ પર અસ્તિત્વ ધરાવે છે. એવા લોકો કાં તો બ્રહ્મચર્યના

અંધ ભક્ત બને છે, અને કાં તો પોતાના સિદ્ધાન્તોને દુનિઆમાં ઠીક સ્વરૂપમાં ન જોતાં એ બ્રહ્મચર્યની જ હાંસી ઉડાવા લાગે છે. એ બંને રીતથી બચવાને માટે બ્રહ્મચર્યના ખરા સ્વરૂપને અવશ્ય સમજી લેવું જોઇએ.

હસ્તમૈથુનનું માનસિક પરિણામ.

મનનું સ્થાન મસ્તિષ્ક છે. મનની વિચાર કરવાની પ્રત્યક્ષ ક્રિયાઓ મસ્તિષ્કમાં જ થાય છે, અને તેથી કોઇ પણ બાબતની મન પર અસર થાય છે એટલે એમ સમજવું જોઇએ, કે તેની મગજ પર એકદમ અસર થાય છે. જે બુરી ટેવ વિષે આપણે અહીં વિચાર કરીએ છીએ, તેની શરીરના બીજા ભાગમાં જે અસર થાય છે, તે કરતાં તેની મગજ પર ઘણી ભારે અને મોટા પ્રમાણમાં અસર થાય છે. મસ્તિષ્ક એ મનુષ્યના જીવનનું કેન્દ્ર છે. તેના વિના માણસ નથી કોઇ શરીર-ક્રિયા કરી શકતો, કે નથી કાંઇ વિચારી શકતો. મસ્તિષ્ક ઘણું નાજુક છે. હસ્ત-મૈથુનનો મગજ પર સીધો પ્રભાવ પડે છે. જગત્‌માં એવા પ્રકારના અનેક જન્તુઓ માલમ પડેલા છે, કે જેમના પર મૈથુનની ઘણી વિનાશક અસર થાય છે, અને મૈથુનક્રિયાની અવસ્થામાં જ તેમના પ્રાણપખી ઉડી જાય છે. કેટલાક પશુઓ એવાં જોવામાં આવ્યા છે, કે તેમના પર મૈથુનની ઘણી ભારે અસર થાય છે, એટલે સુધી કે તેઓ મૈથુનક્રિયા પછી છેક જ જ્ઞાનતન્તુની શક્તિ વગરના બની જાય છે, અને થાકના માર્યા જમીન પર એક તરફ ઢળી પડે છે. એનાથી મગજને એટલો જબરદસ્ત ધક્કો પહોંચે છે, કે કેટલાક તો પ્રેમની પહેલી રાત્રિએ જ સ્વધામ

મૈથુનક્રિયાની મગજ પર થતી અસર.

પહોંચી જાય છે! આ બાબતમાં તો કોઇનો પણ મતભેદ ન હોઇ શકે, કે કોઇ પણ પ્રકારની મૈથુનક્રિયા એ ઘણી થાક લગાડનારી, અને જ્ઞાનતન્તુઓની શક્તિને જર્જરિત કરી નાખનારી ક્રિયા છે. એનાથી શરીરની નસેનસ, સઘળા જ્ઞાનતન્તુઓ, દરેક ભાગ, અને મન એ બધાં પર એટલું બધું દબાણ પડે છે, કે જાણે કોઇએ શરીરને મૂળમાંથી કેમ હલાવી નાખ્યું ન હોય! **પૂરેપૂરી ઉમ્મરના** સ્ત્રી–પુરુષના **નિયમિત** પ્રસંગમાં વીર્યનાશથી જે હાનિ થાય છે, તે એ બંનેમાં એક બીજા માટે ઉત્પન્ન થતા પ્રેમમય મનોભાવથી પાછી ઘણીખરી પૂરાઇ જાય છે. કેટલાક તો એટલે સુધી કહે છે, કે તેમને શારીરિક દૃષ્ટિએ ઉલટો લાભ થાય છે.

પરન્તુ હસ્તમૈથુનની ક્રિયામાં તો ફક્ત હાનિ અને હાનિ સિવાય બીજા કશાની પણ લેશમાત્ર સંભાવના નથી. મિ. હેવલોક એલિસ પોતાના પુસ્તક 'સાઇકોલૉજી ઓફ સેક્સ'માં આ પ્રમાણે લખે છે :—

હસ્તમૈથુનની ક્રિયાનો મગજ પર સીધો પ્રભાવ.

"પતિપત્નીમાં જેમનું પણ ચુંબન કરવામાં આવે છે, તેમાં અભિમાન, આત્મગૌરવ, અને આત્મસંતોષનો ભાવ ઉદય પામે છે. એ ભાવ આત્માને ઉન્નત બનાવે છે, પરન્તુ હસ્તમૈથુન વગેરેના ઘૃણિત કાર્યોમાં એવો ભાવ ઉત્પન્ન થઇ શકતો જ નથી. હસ્તમૈથુનની વિરુદ્ધ મનોવિજ્ઞાનની સૌથી વધારે મજબૂ દલીલ એ છે, કે તેનાથી પ્રેમની ઉત્કટ ભાવના કદાપિ તૃપ્ત થતી જ નથી. હસ્તમૈથુન કરનાર માણસ પ્રેમને ઢૂંઢવાને, અને તેને મેળવવાને બદલે તેનાથી ઉલટો દૂર દૂર

હડસેલાય છે. પ્રેમનો ભાવ જ્યાં આત્માને ઉન્નત બનાવી શકે છે, ત્યાં હસ્તમૈથુનનો ભાવ આત્માને અવનત બનાવી દે છે. ”

આ જ ગ્રંથકારે ગૉડફ્રેના ‘ સાયન્સ ઓફ સૅક્સ ’ નામના પુસ્તકમાંથી લીધેલું એક ઉદાહરણ અહીં નીચે ઉતાર્યું છેઃ—

“ જો કે આત્મવ્યભિચાર (હસ્તમૈથુન) એ જનન-ઇન્દ્રિયની જ એક ક્રિયા છે, તો પણ તેને ઉંચા અર્થમાં કે સાધારણ અર્થમાં ‘ સેક્ષુઅલ એક્ટ ’ (એટલે ‘ કામ-ક્રિયા ’) કહી શકાય નહિ. ‘ સેક્સ ’ (‘ કામ ’) શબ્દમાં દ્વિત્વનો (બેપણાનો) ભાવ રહેલો છે, કે જે ભાવ હસ્તમૈથુનમાં હોતો જ નથી. સ્ત્રી-પુરુષના પ્રસંગમાં જે શારીરિક, માનસિક, અને આત્મિક સહકાર જોવામાં આવે છે, અને જે સહકાર જ વાસ્તવમાં તેમના જીવનમાં સ્થિરતા અને સુંદરતાનો સંચાર કરે છે, તે હસ્તમૈથુનમાં છે જ ક્યાં ? આથી એક દૃષ્ટિએ હસ્તમૈથુનમાં ‘ સેક્ષુઅલ લાઇફ ’નો (‘ કામ-જીવનનો ’) અભાવ છે એમ જ કહી શકાય. એને ‘ સેક્ષુઅલ એક્ટ ’ તરીકે ઓળખવું એ જ ભૂલ છે ”

હા, એમાં સંદેહ નથી કે કામ-ભાવ એ માણસના મનમાં જરૂર પેદા થાય છે. પરન્તુ હસ્તમૈથુન એ ભાવને શાન્ત કરવાનો બિલકુલ ઉપાય નથી. ‘ કામના ’ કોઇ બીજાને માટે હોય છે. હસ્તમૈથુનમાં એ બીજાપણાનો જ અભાવ છે. આથી એનો ‘ કામના ‘ સાથે કોઇ સંબંધ જ નથી, તેમ જ તેનાથી કામનાની કોઇ તૃપ્તિ પણ થતી નથી. હા, એનાથી કામ-વાસના નષ્ટ થાય છે ખરી. પરન્તુ કામવાસનાનું નષ્ટ થવું, એનું જ નામ નપુંસકતા અથવા નામર્દી છે. કોઇ પણ પ્રકારના અકુદરતી વીર્યનાશથી મગજ એકદમ ખાલી પડી જાય છે, અને જીવન-ધારા સુકાઇ જાય છે.

હસ્તમૈથુન કે અકુદરતી મૈથુનથી નાના મગજ પર થતી ભયંકર અસર.

મગજ અને વીર્યનેા કેટલેા બધેા ઘનિષ્ટ સંબંધ છે—વીર્ય-વિનાશથી મગજ પર કેવી વિનાશક અસર થાય છે—એ બતાવનાર કેટલાંક ઉદાહરણેા 'સેક્ષુઅલ સાયન્સ' નામક પુસ્તકમાંથી અહીં નીચે અવતાર્યા છે. એ પરથી વીર્ય વિનાશનું મગજ પર—ખાસ કરીને નાના મગજ પર—કેટલું બધું ભયંકર પરિણામ થાય છે, એ જોઇ શકાશેઃ—

"મૈથુન કરતાં કરતાં અનેક બુઢ્ઢાએા મૃત્યુ પામતા જોવામાં આવ્યા છે, અને એ મરણનું કારણ તપાસતાં માલમ પડેલું છે, કે તેમનું નાનું મગજ ક્રિયાશક્તિ વગરનું થઇ મૂર્ચ્છિત થઈ ગએલું હેાય છે."

રેાનહર્ન્સ કહે છે કે—"એક ૪૦ વર્ષની વ્યક્તિને લગ્નની પહેલી જ રાત્રિએ મૂર્ચ્છા આવી ગઈ. ઉપાય કરવાથી તે વ્યક્તિ સારી થઇ ગઇ, પરન્તુ પેાતાની ઇચ્છાએા પર કાબુ ન રાખી શકવાને લીધે જ્યારે તેણે પેાતાને પાછેા બે-લગામ છૂટેા મૂકયેા, ત્યારે તેના પર ફરી વાર મૂર્ચ્છાનેા હુમલેા થયેા અને તેનું મરણ નીપજ્યું."

સેર્સ એક ૩૨ વર્ષના પુરુષને માટે કહે છે કે—"તેને મૈથુનની અવસ્થામાં જ મૂર્ચ્છા આવી ગઇઃ મૈથુનની પહેલાં તેણે શરાબની પ્યાલી પર પ્યાલી ચઢાવી હતી. મૃત્યુ સુધી તેનામાં ઇન્દ્રિય-ઉત્તેજના રહી હતી. જ્યારે તે મરનારનું શરીર ચીરી તપાસવામાં આવ્યું, ત્યારે તેના નાના મગજનેા વચલેા ભાગ સૂજી ગએલેા જોવામાં આવ્યેા, મગજની અંદરનેા ભાગ

અનેક ઠેકાણેથી ચીરાએલો દેખાયો, અને મગજની અંદરના કેટલાક ભાગમાં લોહી ભરાઇ ગએલું માલમ પડયું."

એન્ડ્રૂલ એક ૫૦ વર્ષના પુરુષને માટે કહે છે કે–"તેને વેશ્યાના ઘરની બહાર નીકળતાં જ મૂર્ચ્છા આવી ગઇ. તેને પછી હોસ્પિટલમાં લઇ જવામાં આવ્યો. ત્યાં તે મરી ગયો. તેનું મસ્તિષ્ક ચીરી તપાસતાં માલમ પડયું કે નાનું મગજ આખું ખરાબ થઇ ગયું હતું; અને તેની અસર મોટા મગજ પર પણ થવા માંડી હતી".

સેરીજે પણ એક વિષયી માણસનો ઉલ્લેખ કરેલો છે. તે કહે છે કે–"તે માણસ એક દિવસ વેશ્યાના ઘરમાં ગયો; અને પછી બે દિવસમાં મરી ગયો. તેનું મગજ ચીરી જોતાં તેના નાના મગજમાં રક્ત–સંચય થએલો માલમ પડયો.".

ડૉ. ગીએાટ એક ૫૨ વર્ષના વિષયી વૃદ્ધનું વર્ણન કરતાં લખે છે કે–"તેના મગજ પર રક્તસંચયનો હુમલો અનેક વાર થયો. તેનું શરીર મજબુત હોવાથી તે કેટલાક વખત સુધી તો એ હુમલાઓની સામે ટકી શકયો, પરન્તુ આખરે તે પાગલ બની ગયો. તેનું દર્દ ઝડપથી વધવા માંડયું. શરીરના નીચલા ભાગમાં પક્ષાઘાત થઇ ગયો, અને ૧૨ કલાકમાં જ તે બિચારો આ દુનઆમાંથી ઉપડી ગયો."

ડેલેન્ડીઝ એક છોકરી વિષે લખતાં જણાવે છે કે–"તે નાનપણથી જ કુસંગમાં પડી ગઇ હતી, અને છેવટે વેશ્યા બની ગઇ. તેના ગુહ્ય અંગમાં એટલી બધી બળતરા થતી હતી, કે અંદર સોજો આવી ગયો. તેનો કોઇ ઉપાય પણ ન થઇ શકયો. છેવટે મૃત્યુએ તેને એ દુઃખમાંથી મુક્ત કરી. તેનું મગજ ચીરતાં માલમ પડયું, કે તેનું નાનું મગજ તદ્દન લોહી વગરનું થઇ ગયું હતું, ને તેથી એમાં સખ્તપણું આવી ગયું હતું."

આ જ લેખક એક ૨૦ વર્ષના યુવકનો ઉલ્લેખ આ પ્રમાણે કરે છે–"તે નાનપણથી જ હસ્તમૈથુનનો શિકાર થઇ ચૂકયો હતો. અનેક ઉપાય કરવામાં આવ્યા હતા, તોપણ તેની એ આદત છૂટી ન હતી. તેને કોઇ કોઇ વખત હિસ્ટીરીઆ થઈ આવતો હતો. છેવટે તે એક હોસ્પિટલમાં દાખલ થયો. ત્યાં સુધી પણ તેનો વીર્યનાશ થવો બંધ પડયો ન હતો. અંતે ત્રણ મહીના પછી તે એકદમ સુકાઇ જઈ મરણ પામ્યો. તેને ચીરવાથી તેના નાના મગજમાં એક ગાંઠ માલમ પડી."

એ જ લેખક એક દસ વર્ષની છોકરીનો દાખલો આપતાં જણાવે છે કે–"તેને હસ્તમૈથુનની લત પડી ગઇ હતી. તે હંમેશાં એકાંતમાં અને દુઃખિત જેવી રહેતી હતી. ચાર મહીના સુધી તેને માથામાં દર્દ ચાલુ રહ્યું. તે છેવટે એટલે સુધી વધ્યું, કે તે ત્રણ અઠવાડીઆ સુધી દિવસ–રાત એમ ને એમ રોતી જ રહી, અને છેવટે મરણ પામી. મરણ પહેલાં તેને હોસ્પિટલમાં લઇ જવામાં આવી હતી. ડૉકટરો પૂછપરછથી ફક્ત એટલું જાણી શકયા, કે તે ૧૨ દિવસ સુધી પથારીમાં જ પડી રહી હતી. વારંવાર તેને પિત્તની ઉલટી થતી હતી, આખો વખત ઉંઘ્યા કરતી હતી, અને આજુબાજુના માણસોનો તેને ખ્યાલ પણ રહેતો નહિ. તેનું માથું આખો વખત નીચે ઝુકેલું રહેતું હતું, અને હાથ માથા ઉપર જ રહેતા હતા. મરણ પહેલાં ચાર દિવસ સુધી તે પ્રગાઢ નિદ્રામાં સૂઈ રહી હતી. પ્રકાશનું તેને કાંઈ જ્ઞાન ન હતું. કોઇ કોઇ વખત થોડી આંખો ઉઘાડતી હતી. તેનું મગજ ચીરી તપાસતાં માલમ પડયું કે નાના મગજનો ઉપલો ભાગ બધો સડી ગયો હતો, અને બાકીના ભાગમાં સડવાની શરૂઆત થઇ ચૂકી હતી."

ક્રેમ્પ્ટ એક ૧૧ વર્ષની છોકરીનો ઉલ્લેખ કરતાં જણાવે છે કે—"તેને પણ એ જ બૂરી આદત લાગુ પડી ગઇ હતી; અને તેથી તેનું મગજ બિલકુલ સડી ગયું હતું. જે ભાગ પૂરો નહોતો સડ્યો, ત્યાં ચિકાશ પડતી બારીક ચામડી માત્ર બાકી રહી હતી."

હસ્તમૈથુન આદિ આત્મઘાતક ક્રિયાનું વિદ્યાભ્યાસ પર થતું પરિણામ.

ઉપરનાં ઉદાહરણો પરથી એ ખુલ્લે ખુલ્લું સમજાય છે, કે હસ્તમૈથુન અને તેના જેવી બીજી કોઇ અકુદરતી કઠોર કામ–ક્રિયાથી મગજ અને જ્ઞાનતન્તુઓ પર સીધી અસર પહોંચે છે. જેઓ હસ્તમૈથુનથી વીર્યનાશ કરે છે, તેમણે સમજવું જોઇએ, કે તેઓ એમ કરીને પોતાના મગજ–તત્ત્વને જ ખાલી કરી રહ્યા છે. એ જ કારણથી જેમને એ ટેવ પડેલી છે, તેઓ મગજ–તત્ત્વની ન્યૂનતાને લીધે 'બુદ્ધુ' જેવા–અસ્થિર હાલતના–માલમ પડે છે. તેમને હિસ્ટીરિઆ કે એવા બીજા કોઈ માનસિક રોગ ઘેરી લે છે. તેમનો જીવન–રસ સુકાઈ જાય છે. તેઓના હસવામાં પણ અસ્વાભાવિકતા દેખાય છે. જ્યારે ને ત્યારે માથું નીચું કરી પોતે કલ્પી લીધેલા અપાર દુઃખ–સમુદ્રમાં ગોથા ખાવાનું તેને એક દર્દ જ લાગુ પડી જાય છે. એમાંથી છૂટવા માટે તે નાચરંગના જલસાઓમાં જવા પ્રેરાય છે. દારૂની આદત એને જલદીથી જ પડી જાય છે; કેમકે એનો નિશો થોડો ઘણો વખત જે ટકે છે, તેમાં તે પોતાનાં દુઃખોની ગાંસડી થોડી વાર કંઇક ડૂબાવી શકે છે! આ પ્રમાણે સર્વનાશનો ધોરી માર્ગ તેને માટે ખુલ્લો થઇ જાય છે. પોતાના દુઃખોની ગાંસડી થોડી વારને માટે એ શરાબમાં ડૂબાવવા લલચાય

છે, પણ એ શરાબથી તો તેની એ ગાંસડી ઉલટી વધારે ભારે થઈ જાય છે. વિનાશના એક ચક્કરમાં જ તે પડી જાય છે. આત્મા નૂર વગરનો અને નિરાશાથી ઘેરાએલો રહે છે. આ આદતમાં ફસાએલાને આશાનું કોઈ કિરણ જ દેખાતું નથી. ચિન્તાની છાપ તેના મગજ પર છપાઈ જાય છે. આત્મિક શાન્તિ તેની પાસેથી લગભગ હંમેશને માટે વિદાય લઈ લે છે. જો તે સ્કૂલમાં ભણતો હોય, તો આગલી હાર છોડી પાછલી હાર તરફ હઠવા લાગે છે. મિત્રો આશ્ચર્ય બતાવે છે, શિક્ષક હેરાન થઈ જાય છે, અને માતા પિતા કાંઈ સમજી શકતા નથી. પરન્તુ જેણે શરીર–શાસ્ત્રનો અભ્યાસ કરેલો છે, તેને એમાં કાંઈ આશ્ચર્ય લાગતું નથી. તે તો સહેલાઈથી જાણી જાય છે, કે આમાં શું રહસ્ય છે, આ આદતમાં સપડાએલા વિદ્યાર્થીઓ પોતાનું ધ્યાન કેન્દ્રિત કરી શકતા નથી. ધ્યાન કેન્દ્રિત થવું, એમાં જ સ્મરણ શક્તિ રહેલી છે. ધ્યાન કેન્દ્રિત થતું નથી, એટલે યાદ કશું રહેતું નથી. અભ્યાસ પર કંટાળો આવે છે, અને અંતે સ્કૂલને છેલ્લા પ્રણામ કરવા પડે છે. આ જ કારણથી સ્કૂલમાં પ્રવિષ્ટ થતી વખતે છોકરાઓની સંખ્યા જેટલી હોય છે, તેટલી છેક ઉંચી શ્રેણી સુધી રહેતી નથી. ગંદી ટેવો તેમને આગળ કદમ ભરતાં અટકાવે છે. છોકરો ચોપડી લઈ વાંચવા બેસે છે, પરન્તુ તર્ક—વિતર્કના તાણાવાણાથી બનેલા ગંદા ચિત્રો તેના માનસ–ચક્ષુ આગળ આવી રમવા લાગે છે. અને પછી ? પછી ક્યાં પુસ્તક, અને ક્યાં પાઠ; ક્યાં ક્લાસ અને ક્યાં માસ્તર ! ૧૪–૧૫ કે ૧૬ વર્ષની અવસ્થામાં છોકરાઓમાં લગભગ મોટે ભાગે સ્કૂલ પરથી પ્રેમ જે ઘટી જાય છે તેનાં મુખ્ય કારણોમાંનું પ્રમુખ મુખ્ય કારણ આ જ છે.

પાછલા એક પ્રકરણમાં લખવામાં આવેલું છે, કે નાનું મગજ એ જ કામ–ભાવ અને શારીરિક હીલચાલને નિયંત્રિત કરવાનું કેન્દ્ર છે. કામી માણસ વિષય–વાસનામાં વધારે પ્રવૃત્ત હોય છે, અને તેથી તેનું નાનું મગજ થોડા વખતમાં જ થાકી જાય છે–ઘસાઇ જાય છે. એ ઘસાએલા નાના મગજ વડે પછી શરીરની ગતિ કે હીલચાલનું જોઈએ તેવું નિયંત્રણ થઇ શકતું નથી. પરિણામ એ આવે છે, કે એવા કામી માણસના શરીરના સાંધાઓમાં દર્દ થવા લાગે છે. તેની જ્ઞાનેન્દ્રિયોની શક્તિ ક્ષીણ થતી જાય છે. મગજની અસ્થિર હાલત અને હિસ્ટીરિઆ જેવું દર્દ વારંવાર થઇ આવતું હોવાને લીધે એ માણસ સમાજ અને પૃથ્વી પર એક ભાર રૂપ બની જાય છે, એવી ક્ષણો પણ તે તેના જીવનમાં કદાચ્ અનુભવે છે, કે જ્યારે તે પોતાની જાતને એક બોજા સમાન લેખે છે, અને નિરાશાના આવેશમાં આવી તે પોતાને હાથે જ પોતાનું એ ભાર રૂપ જીવન ટૂંકું કરી નાખે છે.

હસ્તમૈથુન તેમ જ અતિમૈથુનનું પરિણામ ઘણું ભયંકર હોય છે. બરડાની કરોડના ઉપલા ભાગમાં ગરદન આગળ દર્દ થવા માંડે છે, સાંધાઓમાં સંધિવા સતાવ્યા કરે છે. હસ્ત-મૈથુનથી, બીજા કોઇ અકુદરતી મૈથુનથી, કે અતિમૈથુનથી જ્ઞાન-તન્તુઓ પર સખ્ત આઘાત પહોંચે છે; અને તેથી પક્ષાઘાત પણ થઇ જાય છે; કારણ કે પક્ષાઘાત એ જ્ઞાનતન્તુઓનો જ એક રોગ છે. વીર્યનાશથી મગજ સાવ ખાલી પડતું જાય છે, રાત્રે ઉંઘ આવતી નથી, અને અનેક જાતના જ્ઞાનતન્તુને લગતા રોગ શરીરમાં સદાને માટે ઘર કરી બેસે છે.

હસ્તમૈથુનનું આત્મિક પરિણામ

ગન્દા વિચારોને મનમાં સ્થાન આપવાથી મનુષ્યના આત્માને એક પ્રકારે ઘા લાગવા જેવું થાય છે. જે આત્મા માર્ગ–ભ્રષ્ટ થનાર માણસને પાછો રસ્તા પર લાવવાને દૈવી વાણીનું કામ કરે છે, તે જ આત્મા ગંદા વિચારોના વાતાવરણથી ગુંગળાઇ જાય છે, અને પછી તેનો અવાજ સંભળાતો બંધ પડે છે.

આત્માનો અવાજ કેવી રીતે સંભળાતો બંધ પડે છે?

ડૉ. સ્ટૉલ પોતાના 'વૅાટ એ યંગ બૉય ઑાટ ટુ નો'? નામના પુસ્તકમાં આ ભાવને સુંદર શબ્દોમાં આ પ્રમાણે આલેખે છે:—"આપણામાંથી ઘણાઓના અંતરાત્માનો અવાજ બહેરા કાનો પર પડે છે. જ્યારે આત્માનો ચેતવણીનો અવાજ થાય છે, ત્યારે તેઓ તેના તરફ ધ્યાન આપવાને બદલે ઉલટા તેનાથી મોઢું ફેરવે છે. પણ અંતે એવો સમય આવે છે, કે જ્યારે આત્માનો અવાજ પછી તેને સંભળાતો જ બંધ થાય છે. આ વાત સવારમાં વહેલા ઉઠવા માટે ઘડિઆળમાં એલાર્મનો કાંટો મૂકી રાત્રે સૂનાર માણસની સાથે સરખાવી શકાય છે. ધારો કે એક માણુસ પ્રાતઃકાળે પાંચ વાગે ઉઠવાને રાત્રે ઘડિઆળમાં એલાર્મનો કાંટો પાંચ પર મૂકી સૂએ છે. પહેલે દિવસ સવારમાં બરાબર પાંચ વાગે ઘડિઆળ એ માણસને જગાડી દેશે. જો તે વખતે એ માણુસ પથારી છોડી દઇને ઉભો થઇ પોતાને કામે વળગશે, તો પછી દરરોજ ઘડિઆળ વાગતાં જ એ જાગ્રત્ થઇ પથારીમાંથી ઉભો થઇ જશે. પરન્તુ તેને બદલે એ પહેલે દિવસે જ ઘડિઆળનો અવાજ સાંભળીને ઉઠવાને બદલે પથારીમાં સૂતા સૂતા એમ વિચાર કરે, કે 'થાય

છે, ઉઠાય છે, એકાદ મિનિટ જરા સૂઇ લઉં.' એમ કરીને સૂઇ રહે—અને કોઇ ન ઉઠાડે ત્યાં સુધી સૂઇ રહે, તો બીજે દિવસે ઘડિઆળ વાગતાં તે જરૂર જાગી તો જશે, પરન્તુ પછી—ઉઠાય છે, થાય છે, એકાદ મિનિટ જરા સૂઇ લઉં', એવો વિચાર કરવાની એ તકલીફ પણ નહિ લે, અને સૂતો જ રહેશે. જો પથારીમાં સૂઈ રહેવાની એ પરંપરા ચાલુ જ રહી, તો બે—ત્રણ દિવસ પછી ઘડિઆળ વાગ્યા જ કરશે, અને એનો અવાજ પણ તેને નહિ સંભળાય; મજાથી ઉંઘતો જ રહેશે. માણસના અંતરાત્માની પણ એ જ સ્થિતિ છે. જો આપણે શરૂઆતથી જ આત્માના અવાજને સાંભળતા રહીએ—તે તરફ લક્ષ આપીએ—તો તો બધું ઠીક જ થાય, પરન્તુ એની એ ચેતવણી પર આપણે ધ્યાન ન આપીએ, તો ધીરેધીરે આત્માનો અવાજ આપણને સંભળાતો પણ બંધ પડી જાય છે. એ અવાજનો લોપ થતો નથી, અવાજ તો હોય છે, પણ તેની અવગણના કરી કરીને આપણે એટલું બધું પાપમય જીવન વ્યતીત કરવા લાગીએ છીએ, કે પછી તેનો અવાજ આપણને સંભળાતો જ નથી—માનો કે અંતરાત્મા જ નથી."

કુટેવ રૂપી પિશાચિણી આત્માનું બળ ચૂસી લે છે.

કામ—વાસનાની અકુદરતી તૃપ્તિ પછી હૃદયમાંથી લજ્જા અને આત્મ—ગ્લાનિનો જે સમુદ્ર ઉઠે છે, તે આત્માની જ એક વિરોધ—સૂચક ચેષ્ટા છે. પ્રારંભમાં એ ઘણી પ્રબલ હોય છે, અને પાપની સામે જાણે યુદ્ધ કરતી હોય એમ લાગે છે. પરન્તુ પછી, 'ફક્ત એક જ વખત'—'ફક્ત આ જ વખત', એ પાશવિકભાવની સામે તે ઝાંઝો વખત ટકી શકતી નથી; અને

જોતજોતામાં મનુષ્યનું અધઃપતન થઈ જાય છે. તે એટલે સુધી થાય છે, કે આત્માનું બળ સર્વથા લુપ્ત થઇ જાય છે. પછી એને માટે દરકાર પણ રહેતી નથી. એવી અવસ્થામાં તે જે જે કંઇ કરે છે, તેમાં હસ્તમૈથુન અને એવું બીજું કોઈ અકુદરતી કાર્ય તેને એક સાધારણ વાત જેવું લાગે છે. આત્મા સર્વથા સૂઇ જાય છે. તેનું જીવન એટલું વાસનામય બની જાય છે, કે ઉંચે જવાની શુદ્ધ ભાવનાઓ બધી કચરાઇ જાય છે. એવી જ ક્ષણોમાં એવાં એવાં ઘૃણિત પાપકામ થઇ જાય છે, કે જેની બદબો અનેક વખત અદાલતોમાં આવતી જોવામાં આવે છે. એવાઓ જીવનનો ભાર ખેંચતા રહી, કુચેષ્ટાઓના દાસ બની, લજ્જા અને ધર્મને ઉંચે મૂકી, એ આખર દિવસની ઘડીઓ ગણવા લાગે છે, કે જે દિવસે તેના ભારથી પૃથ્વી હલકી થઈ જાય છે !

કુચેષ્ટાઓમાં માણસ કેવી રીતે ફસી જાય છે એનો વિચાર કરવામાં આવે તો માલમ પડશે, કે એવા માણસોમાં ‘ ઇન્દ્રિય-નિગ્રહ ’ અને ‘ આત્મવિશ્વાસ ’નો છાંટો પણ હોતો નથી. બૂરી ટેવોની બેડીઓમાં બંધાઇને તે તેના ગુલામ બની જાય છે. જે માણસની ઇચ્છા-શક્તિ પ્રબલ હોય છે, તેના મુખમાંથી ‘ ફક્ત એક વાર ’–‘ બસ એક મિનિટને માટે ’– ‘ આ છેલ્લી વખત ’, એવા શબ્દો નીકળતા જ નથી. જેના હૃદયમાં એવા શબ્દો ઉઠે છે, તેમણે સમજી લેવું જોઇએ, કે ‘ ફક્ત એક વાર ’ એની અનેક વખત પુનરાવૃત્તિ થશે; ‘ બસ એક મિનિટ ’ એની અનેક કલાકો થશે, અને ‘ આ છેલ્લી વખત ’ એ પતનની પહેલી શરૂઆત થશે ! ‘ કુટેવ ’ એક એવી પિશાચિણી છે, કે જે માનવ સંતાનોને માર્ગ-ભ્રષ્ટ કરવાને

તેની આગળ જાતજાતનાં પ્રલોભનો ખડા કરી દે છે. કુચેષ્ટાઓમાં પડેલો માણુસ પોતાના આત્માના અવાજની દરકાર નથી કરતો. તે પોતાને હાથે જ પોતાના પગ પર કુહાડો મારે છે. એવા માણુસની ઇચ્છા-શક્તિ સુતરના કાચા તાંતણાની માફક એક થોડું સરખું વજન પડતાં જ એકદમ તૂટી જાય છે-તેમાં કંઇ પણ બલ રહેતું નથી. આત્મિક પતનની એ છેલ્લી હદ છે.

પ્રકરણ ૯ મું.

હસ્તમૈથુનની ચિકિત્સા ને તેના ઉપાય.

આત્મવ્યભિચાર (હસ્તમૈથુન)નું પરિણામ આપણાં શરીર, મન, અને આત્મા પર કેવું થાય છે, એ આપણે પાછલા પ્રકરણમાં જોઇ ગયા. હવે આ પ્રકરણમાં એ પરિણામથી કેવી રીતે બચવું એના ઉપાયોનું સંક્ષિપ્ત વર્ણન કરવામાં આવેલું છે. એ ઉપાયોમાં ' બ્રહ્મચર્ય ' પણ એક ઉપાય છે, પરન્તુ તેનું વર્ણન અહીં ન કરતાં હવે પછીના એક જુદા જ પ્રકરણમાં તેનું સ્વતંત્ર વર્ણન કરવામાં આવેલું છે.

હસ્તમૈથુન જેવી ભયંકર કુચેષ્ટાને દૂર કરવાને સૌથી પહેલાં તેનાં કારણો આપણે સમજવાં જોઇએ. કારણો સમજવામાં જ તેના ઉપાયો આપોઆપ આવી જાય છે. કારણ દૂર કરવામાં આવે એટલે તેનું કાર્ય પણ આપોઆપ જ દૂર થઇ જાય. પરન્તુ દરેકનાં કારણ કાંઇ એક સરખાં હોતાં નથી, જુદાં જુદાં હોય છે; અને તેથી દરેકને માટે જુદું જુદું વર્ણન કરવું જોઇએ. પરન્તુ એમ કરવું શક્ય નથી. આથી આ

પ્રકરણમાં હસ્તમૈથુનની કુચેષ્ટાને દૂર કરવાને સર્વસામાન્યને લાગુ થઈ પડે એવાં કારણોનો નિર્દેષ કરવામાં આવેલો છે.

હસ્તમૈથુન તરફ ખેંચાવાનાં સામાન્ય મુખ્ય બે કારણો છે. એક ભૌતિક અને બીજું માનસિક. એ બંનેનું વિસ્તારથી વર્ણન સાતમા પ્રકરણમાં કરવામાં આવેલું છે.

સંતાનોના સર્વનાશનું કારણ કેટલીક વાર પિતાઓ જ હોય છે.

એ બંને પૈકી હસ્તમૈથુનનાં ભૌતિક કારણોથી ઉત્પન્ન થનાર ઉપદ્રવ ઘણું દુઃખ આપે છે. જ્યારે એ ઉપદ્રવ–એ પીડા વધી પડે છે, ત્યારે સ્વાભાવિક રીતે જ મનમાં એમ થઇ આવે છે, કે માતાપિતા, ગુરુજનો, સગાંસ્નેહી એ બધાં પોતાના કર્તવ્યમાં જો સાવધાન રહ્યા હોત, તો એક બાલકને હસ્તમૈથુનના ઉપદ્રવોથી તેઓ જરૂર બચાવી શક્યા હોત. જો શરૂઆતથી જ પિતા અને એવા જ બીજા જવાબદાર માણસોએ એ બધી બાબતોના ભયથી બાલકને અજ્ઞાત રાખવાનો પ્રયત્ન ન કર્યો હોત, તો એક બાલકની જીવનનૌકા વિનાશના વમળમાં સપડાતી કદાચ્ બચી જાત. આ પુસ્તકમાં અનેક ઠેકાણે લખવામાં આવેલું છે, કે દુર્ભાગ્યે ખૂદ પિતાઓ જ પોતાનાં સંતાનોના વિનાશનું કારણ થઇ પડે છે. તેઓએ સમજવું જોઇતું હતું, કે અવિવાહિત જીવનની મુશ્કેલીઓ વિવાહિત જીવનથી કોઇ પણ રીતે ઉતરતી હોતી નથી. તેઓએ પોતાના વિદ્યાર્થી જીવનના વ્યક્તિગત અનુભવો પરથી એ સમજી લેવું જોઇતું હતું, કે તેમનો બાલક પણ એવી બાબતોથી કોઇ પણ રીતે અજાણ્યો નહિ રહી શકે. કોઇ નહિ ને કોઈ રીતે એ જરૂર જાણવા તો પામશે જ. પછી ભલે પિતા–ગુરૂજન આદિ પાસેથી નહિ, તો દુરાચારી મિત્રો પાસેથી,

ગંદા હાંસીઠઠ્ઠાઓમાંથી, કે એવી જ કોઇ બીજી રીતે તે જાણવા પામશે.

અને જ્યારે એમ બને ત્યારે એક છોકરો બીજે માર્ગે ચઢી જાય તો એની જવાબદારી અરે, ઓ માતાપિતાઓ ! તમારાપર નહિ તો બીજા કોનાપર હોઇ શકે ? યાદ રાખજો, તમારી બેદરકારીથી તમારા સંતાનનું જીવન પાયમાલ થઇ જવા માટે તમારે પ્રભુના દરબારમાં જવાબ આપવો પડશે. ફરજ નહિ બજાવવાનું પાપ કરો છો તમે, અને તેનું ફળ ભોગવવું પડે છે નિર્દોષ તમારાં સંતાનોને. પોતાની અસાવધાનીને લીધે પોતાના સંતાનની જ્યારે પાયમાલી થએલી નજરે જુએ છે, ત્યારે પિતાની આંખો ખુલે છે. પરન્તુ પછી આંખો ખુલવી શા કામ ની ? પછી તો બાજી બધી બગડી ગએલી હોય છે, લગામ હાથમાંથી સરી પડેલી હોય છે. પછી તેઓ હાથ ઘસે છે, અને તેમના પશ્ચાત્તાપનો પાર રહેતો નથી. છેવટે દીલમાં એ પશ્ચાત્તાપના દર્દને સાથે લઇને જ તેઓ આ સંસારમાંથી સિધાવે છે. આ વિષયના આજ સુધીમાં અનેક પુસ્તકો અંગ્રેજીમાં પ્રકટ થઇ ચૂક્યા છે, તેમાંથી પિતાઓ પોતાના સંતાનોની પાસે અનેક ઉપદેશ મૂકી શકે છે. પિતા અને અધ્યાપકોએ આ વિષય તરફ વિશેષ ધ્યાન આપવું જોઇએ. આપણા સમાજમાં ઉપર ઉપરથી 'ચુપકીદીનું' દૂષિત વાતાવરણ આજ જામેલું છે, પરન્તુ તેના ભીતર ભાગમાં જો જોવામાં આવે તો માલમ પડશે કે કુચેષ્ટાઓની એક ભયંકર આગ તેની અંદર સળગી રહી છે; કે જે બુઝાવવી ઘણી જ મુશ્કેલ છે.

એ કુચેષ્ટાઓ એવી છે કે જો એક વાર તેની જડ જામી ગઈ તો પછી તેને ઉખેડવાનું કામ ઘણું જ આકરૂં થઇ પડે

છે. પરન્તુ તેથી કાંઈ હતાશ થઈ જવાની જરૂર નથી.

ખૂરી આદતમાંથી છૂટવાને જીવનને નિયંત્રિત કરો.

એની જડ ગમે એટલી ઉંડી ગએલી હોય, તો પણ ખૂરી આદતમાંથી કોઈ પણ વખતે છૂટવાનો પ્રયાસ કરવો એ તો હંમેશાં લાભદાયક જ છે. જેઓ ખૂરી આદતમાં ફસાઈ પડેલા હોય, તેઓએ તેમાંથી છૂટવાને નીચેના નિયમાનુસાર પોતાનું જીવન નિયંત્રિત કરી દેવું જોઇએઃ—

૧. ભોજન હંમેશાં શુદ્ધ અને સાત્વિક રાખવું. ખોરાકમા બારીક મેંદાને બદલે થુલા સાથેના જાડા લોટનો છૂટથી ઉપયોગ કરવો. થુલા સાથેના લોટમાં મેંદા કરતાં પૌષ્ટિક ભાગ વધારે હોઈ તે પચવામાં હલકો હોય છે. કબજીઆત દૂર કરવાનો પણ તેનામાં ગુણ છે. મરચાં, મસાલા, મિઠાઈ એવી વસ્તુઓનો સર્વથા ત્યાગ કરી દેવો. ફળ અને દૂધનો ખોરાકમાં બને એટલો વધારે ઉપયોગ કરવો.

૨. ચહા, કૉફી, તંબાકુ, સિગારેટ, ભાંગ, દારૂ વગેરે નીશો લાવનાર અને ઉત્તેજક પદાર્થોનો કદી પણ ઉપયોગ ન કરવો. ઉત્તેજક પદાર્થો લેવાની જરૂર એક યુવકને હોવી ન જ જોઇએ. યુવકોને એ સ્મરણમાં રહે, કે સાચી ઉત્તેજક વસ્તુ જો કોઈ પણ હોય, તો તે 'બ્રહ્મચર્ય' જ છે. બ્રહ્મચર્યથી જે ઉત્તેજના, જે સ્ફૂર્તિ, અને કાર્ય કરવાનો જે તન્મનાટ જાગે છે, તે ચહા–કૉફી, અને દારૂ જેવા ઉત્તેજક પીણાંના ગમે તેટલા પ્યાલા ગટગટાવી જવાથી પણ આવતા નથી. બ્રહ્મચર્યથી પેદા થતી ઉત્તેજના એ સ્થાયી ઉત્તેજના છે, ત્યારે ચહા–કૉફી પીવાથી આવતી ઉત્તેજના એ થોડી મિનિટો સુધીની હોય છે. વળી

ખાસ લક્ષમાં રાખવાનું તો એ છે, કે ચહા—કૉફીથી થોડી મિનિટો માટેની પણ જે ઉત્તેજના આવે છે, તે કૃત્રિમ હોઈ જ્ઞાનતંતુઓની શક્તિને ભોગે જ આવે છે. ચહા—કૉફી દારૂ વગેરે પીવાથી સીધી જ જ્ઞાનતંતુઓપર અસર થાય છે; અને તેથી તેઓ ઉશ્કેરાઇ ઉત્તેજના જેવું પીનારને લાગે છે. જ્ઞાનતંતુઓ ઉશ્કેરાવામાં તેની કેટલીક શક્તિ ખર્ચાય છે; અને તેથી પરિ-ણામે એવાં ઉત્તેજક પીણાંથી જ્ઞાનતંતુઓ અશક્ત બની છે.

૩. જનનેન્દ્રિયને પ્રભુની ઉત્પાદક શક્તિનું એક ચિન્હ માત્ર સમજવું જોઇએ. તેના તરફ ધ્યાન જતાં જ મનમાં દૈવી ભાવ પ્રકટ થવો જોઇએ. ઇન્દ્રિય—સ્પર્શ કદી પણ ન કરવો. એવાં કામ તરફ ભૂલથી પણ ધ્યાન ન લગાડવું જોઇએ, કે જે કામ ખુલ્લી રીતે કરવાથી હૃદયમાં ભય, લજ્જા, સંકોચ, કે પાપની શંકા ઉદ્‌ભવતી હોય, એવું કાર્ય હંમેશાં પાપથી ભરેલું હોય છે.

૪. જનનેન્દ્રિયના આગલા ભાગની ચામડીને ધીમેથી ખસેડી એ ભાગને હમેશાં શુદ્ધ ભાવનાપૂર્વક પાણીથી સાફ કરવો જોઇએ. તે વખતે હૃદયમાં પરમાત્માની માતૃશક્તિનું ધ્યાન થવું જોઇએ. એ ભાગને બીજા આંખ, કાન, નાક વગેરે અવયવોની પેઠે બરાબર સ્વચ્છ કરવો જોઇએ. એના ઉપરની ત્વચા વધારે લાંબી હોય, અથવા બહુ ચોટેલી હોય, તો ડૉકટરની સલાહ લઇ તેને કપાવી નાખવી જોઇએ. જો એ ભાગ બરાબર સ્વચ્છ ન થઇ શકે, અને તેથી ચામડીની નીચેના અગ્ર ભાગ પર ઝીણી ઝીણી ફોલ્લીઓ જેવું થઈ આવે, તો તેથી ગભરાવું નહિ. જેણે પોતાને ભ્રષ્ટ થવા દીધો નથી, તેને બિમારી એમ ને એમ આવીને ચોટી પડતી નથી. યદિ એ ભાગ પર ખુજલી આવી તેમાં બળતરા જેવું લાગતું

હોય, તો નીચેની દવાઓનો ઉપયોગ કરવો આવશ્યક છે. એથી ફરિઆદ જલદીથી દૂર થઇ જશે.

અંગ્રેજી દવા—ડસ્ટિંગ પાઉડર લગાડવો. અથવા બોરિક ઓઇન્ટમેન્ટનો ઉપયોગ કરવો. બોરિક ઓઇન્ટમેન્ટ કોઇ પણ દવાવાળા પાસેથી મળી શકે છે.

દેશી દવા—ત્રિફલાના પાણીથી ખુજલીવાળા ભાગને ધોઇ ત્રિફલાનો મલમ બનાવી લગાડવો. એ મલમ ત્રિફલાને બાળી તેની રાખને ઘી અથવા વેસેલાઇનમાં મેળવવાથી સહેલાઇથી બની શકે છે.

૫. ઉપરની ચાર બાબતો સિવાય દરરોજની દિનચર્યા પણ નિયમિત બનાવવી જોઇએ. એનું મહત્ત્વ પ્રાચીન આર્યો બરાબર જાણતા હતા. આજ એનું મહત્ત્વ લોકો જોઇએ તેટલું જાણતા નથી. વહેલા સૂવું, વહેલા ઉઠવું, સૂતી વખતે મોઢુ ખુલ્લું ન રાખવું, શૌચક્રિયા નિયમિતપણે કરવી, પેટ સાફ રાખવું, દાતણ કરી મુખ શુદ્ધિ કરવી, વ્યાયામ, પ્રાણાયામ (એટલે દીર્ઘશ્વાસ), સ્નાન તેમજ સંધ્યા આદિ નિયમિત કરવાં એ બધી બાબતો જો કે સાધારણ લાગે છે, પરન્તુ બ્રહ્મચર્ય-રક્ષા પર તેની અસર જેવી તેવી થતી નથી.

વીર્ય-રક્ષા માટે ઉપરનાં બાહ્ય સાધનો ઉપરાંત બીજાં આંતર સાધનોની પણ આવશ્યકતા છે. એ કદી પણ ન ભૂલવું,

સંકલ્પશક્તિ અને પ્રતિરોધ-શક્તિનો સંચય કરો.

કે કુચેષ્ટા ભલેને આપણી ઇચ્છા વિરુદ્ધ થતી હોય તો પણ તેના મૂળમાં 'ઇચ્છા' અવશ્ય હોય છે. આપણી લગાર પણ ઇચ્છા વગર તે થઇ શકતી જ નથી. શરીર તો મનની 'ઇચ્છા' નું જ ફક્ત પાલન કરે છે. કુચેષ્ટામાં ફસાએલાઓની

'ઇચ્છા'ના પણ બે ભાગ પડેલા હોય છે. એક તરફ કુચેષ્ટા વિરૂદ્ધની ઇચ્છા મનમાં હોય છે, ત્યારે બીજી તરફ એ કુચેષ્ટા કરવાની ઇચ્છા થનગનાટ કરતી હોય છે. જે વ્યક્તિમાં કુચેષ્ટાનાં મૂળ ઊંડા ગએલા હોય છે, તેનામાં તો એ કુચેષ્ટાને મૂળમાંથી ઉખેડી નાખવાને મજબૂત ઇચ્છાશક્તિ જોઇએ—પ્રબળ સંકલ્પશક્તિ જોઇએ. પરન્તુ તેને બદલે ઇચ્છાશક્તિનાં જ પરસ્પર બે વિરોધી ભાગલા જ્યાં પડી ગયા હોય, ત્યાં કુચેષ્ટાને કાઢી શકાય જ કેવી રીતે? એટલા માટે ઇચ્છાશકિતને એક કેન્દ્રમાં આણો—તેના ભાગલા ન પડવા દો. જે કામ તમને સારૂં લાગે તે ગમે તેટલું કઠિન કેમ ન હોય, પણ તેને તમે કરી બતાવો. જ્યાં સુધી સંકલ્પશક્તિ અને પ્રતિરોધ એટલે સામે થવાની શક્તિનો સંચય નહિ કરવામાં આવે, ત્યાં સુધી કોઇ પણ બૂરી ટેવ પર વિજય મેળવવો અસંભવ છે; અને તેમાંય હસ્તમૈથુન જેવી કુચેષ્ટાના લોહમય પંજામાંથી છૂટવું એ તો ઘણું જ અસંભવ છે. તમે પીઠ ટટાર કરી, છાતી કાઢી, ઇન્સાન બનીને રહો. શયતાનના પ્રલોભનોને પગની ઠોકરે મારતા શીખો. આંખો ખોલી ખબરદાર થઇને રહો. કમરને ઝુકવા ન દો; અને પછી જુઓ, કુચેંષ્ટાનું ભૂત તમારી આગળ કેવી રીતે ટકી શકે છે? તમે પછીથી પસ્તાઓ છો તેનું કારણ તો તમારી જ ભૂલ છે. કુચેષ્ટાના પંજામાં ફસાય છે કોણ? નિર્બળ ઇચ્છાશક્તિના માણસો જ તેમાં ફસાય છે. તમે સંકલ્પશક્તિને બલવાન્ બનાવવાનો અભ્યાસ કરો. એ વિષય પર જેટલું સાહિત્ય મળે એટલું વાંચો. પ્રો. જેમ્સે 'પ્રિન્સિપલ્સ ઓફ સાયકોલોજી' નામના પોતાના પુસ્તકમાં 'ટેવ' ઉપર એક ઘણુંજ સરસ પ્રકરણ લખેલું છે તે વાંચો. તે વાંચવાથી સમજી

શકાશે કે માણસના જ્ઞાનતંતુઓ ઇચ્છાશક્તિ પેદા કરવામાં ને તેની વૃદ્ધિ કરવામાં કેટલો મોટો હિસ્સો ધરાવે છે. એ પ્રકરણ-માં બતાવવામાં આવેલી રીતો ક્રિયાત્મક અને ઉપયોગી છે. એ પ્રકરણમાં સંક્ષિપ્ત સારાંશ રૂપે કેટલાક નિયમો નીચે આપવામાં આવ્યા છે.

બૂરી ટેવમાંથી છૂટવાના કેટલાક નિયમો.

પહેલો નિયમ—કોઇપણ નવી ટેવ પાડવાનો અથવા પડેલી ટેવને કાઢવાનો સૌથી પહેલો સિદ્ધાન્ત એ છે, કે એની શરૂઆત બલપૂર્વક કરો, બધી ઇચ્છા-શક્તિ કામે લગાડીને કરો. પહેલાં તો મનના સંપૂર્ણ નિશ્ચયપૂર્વક સંકલ્પ કરો—એમાં કાંઇ બાકી ન રાખો. પછી એ સંકલ્પને પાર પાડવાને બીજા જે જે ઉપાયોનું અવલંબન કરવું પડે તે બધાનો આશ્રય લો. જો હરકત ન હોય—ખરાબ લાગે તેમ ન હોય, તો સૌની સામે બેલાશક પ્રતિજ્ઞા કરો, અને નીચે પ્રમાણે ધીરે ધીરે પરન્તુ બલપૂર્વક પોતાના અત્માને લક્ષ્યમાં રાખી પોતાની જ સાથે વાત કરોઃ—

"હું આ ટેવ છોડી રહ્યો છું."

"હા, હા છોડી રહ્યો છું, બિલકુલ છોડી રહ્યો છું."

"તે છુટવા માંડી છે."

"અહા ! તે ઘણી ખરી છૂટી જ ગઇ છે."

"છૂટી ગઇ, બિલ્કુલ છૂટી ગઇ."

"હવે એ નહિ આવે, આવી જ નહિ શકે ! !"

આ શબ્દોના પુનરુચ્ચારમાં મનની સંપૂર્ણ સંકલ્પશક્તિ કામે લાગી જવી જોઇએ. શાન્ત—એકાન્ત સ્થાનમાં નિઃશબ્દ-

તાની ગંભીરતામાં સાયંકાલે સૂતા પહેલાં, અને સવારે ઉઠીને તરત જ આ શબ્દોનો વારંવાર પુનરુચ્ચાર ઇચ્છાશક્તિના સઘળા બલપૂર્વક થવો જોઇએ. **એવી ઇચ્છાશક્તિથી ભરેલા** આ શબ્દો તે સાધારણ શબ્દો ન સમજવા. એમાં અદ્દભુત સામર્થ્ય છે, એમાં વિલક્ષણ જાદુ ભરેલું છે. એની અસર કોઇ મંત્રથી ઓછી નથી. સંધ્યાકાલે કે રાત્રિએ સૂતા પહેલાં પુનરુચ્ચાર કરવામાં આવેલા એ શબ્દો આખી રાત આત્મામાં શક્તિ ભર્યા કરશે; અને સવારે પાછો એનો પુનરુચ્ચાર થવાથી એ શક્તિમાં બેવડો વધારો થશે. એમ શક્તિના વધતા જતા વેગથી આત્મા થોડા જ વખતની અંદર આપણને લાગુ પડેલી કુટેવના ટુકડે ટુકડા કરી નાખશે. પહેલાં જ્યાં પ્રલોભનથી મનને બચવું અસંભવ હતું, ત્યાં હવે એ પ્રલોભન આગળ મનનું હારી જવું અસંભવ થઇ પડશે. યાદ રાખો, કે માનસિક કે આત્મિક પતનથી મુક્ત થવા માટે ભરવામાં આવતું એક એક કદમ એ ઉન્નતિના માર્ગમાં આગળ વધવાનાં જ કદમો છે.

બીજો નિયમ—જ્યાં સુધી કોઇ નવી સારી ટેવ તમારા જીવનમાં પોતાનું પૂરેપૂરૂં સ્થાન ન જમાવી લે, ત્યાં સુધી એક ક્ષણને માટે પણ તેમાં શિથિલતા કે અપવાદ આવવા દેશો નહિ. યુદ્ધમાં એક નાની સરખી પણ જીત, એ પછીથી આવનાર મોટા વિજયની સહાયક થાય છે. એ જ પ્રમાણે એક નાનો સરખો પરાજય પણ મોટા પરાજયોની તરફ ખેંચી જાય છે. શરૂઆતમાં ઢીલ કરવી—ઓછું ધ્યાન આપવું—એ પોતાના ભયંકર પરાજયની આગાહી છે. પરાજયના પક્ષને જરા પણ ટેકો મળ્યો, તો વિજયના પક્ષને જ તેથી ધક્કો વાગવાનો. 'બસ આ એક જ વખત,' એ એક એવો કુહાડો છે, કે જે

ઇચ્છાશક્તિના વૃક્ષને મૂળમાંથી છેદી નાખે છે. જો તમે એક વખત કાંઇ સંકલ્પ કરી લેા, તેા પછી જ્યાં સુધી એ તમારા જીવનની એક ટેવ ન બની જાય, ત્યાં સુધી તમે એના પર નિશ્ચલ રહેા—એમાં જરા પણુ ડગુમગુ ન થાઓ. છેવટ સુધી એમાં જરા પણુ અપવાદ ન આવે એમ કરેા, એને એક નિયમ જ બનાવી લેા.

ત્રીજો નિયમ—તમે જે સંકલ્પ કરેા તેને ક્રિયામાં મૂકવાની જે કેાઈ તક મળે તેને છેાડશેા મા. જો તક હાથમાંથી જતી રહી, તેા પછી તે હમેશને માટે ગઈ એમ જ સમજજો. સમય ફરી ફરીને આવતેા નથી, આવેલેા મેાક્કો એક વાર હાથમાંથી જતેા રહે છે, એટલે પછી તે દૂર—ઘણે દૂર—જતેા રહે છે, અને માણુસને પછી તરસાવ્યા જ કરે છે. એને જોઇ જોઇને પછી ભાગ્યને દેાષ આપતેા અભાગીએા માણુસ પેાકારે છેઃ 'અરે, મને ફરી એક વખત એ મેાક્કો મળી જાય!' પરન્તુ હા, અફસેાસ! એ મેાક્કો ફરી હાથમાં નથી આવતેા.

ચેાથેા નિયમ—તમે જે ટેવ પાડવા માગેા છેા; તેના સબંધમાં કેાઇ નહિ ને કેાઇ કાર્ય આવશ્યકતા ન હેાય તેાપણુ દરરેાજ જરૂર કરતા રહેા. એટલે કે કાંઇ ન કરવા કરતાં દરરેાજ નાનાં નાનાં કામેા કરીને પણુ તમારામાં ધીરતા, વીરતા, આદિ ગુણેા ઉત્પન્ન કરેા. જ્યારે કસેાટીનેા વખત આવશે, ત્યારે તમે એક કસાએલા આદમીની જેમ ટકી શકશેા, અને ગભરાઇ ઉઠશેા નહિ. એ એક પ્રકારે વીમેા ઉતરાવવા સમાન છે. જે માણુસ પેાતાના ઘરનેા વીમેા ઉતરાવે છે, તેને તાત્કાલિક કાંઇ પણુ ફાયદેા થતેા નથી, પેાતાના ખીસામાંથી આપવું જ પડે છે, અને એ સંભવિત છે. કદાચ્ તેને ફાયદેા દેખવાનેા અવ-

સર પણ ન મળે. પરન્તુ બીજી તરફ કોઇ દિવસ ઘરને આગ લાગે તો વીમાનું ખર્ચ ચાલુ હોવાને લીધે ભારે નુકસાનીમાંથી બચી પણ જવાય છે. એ જ પ્રમાણે જે વ્યક્તિ પ્રતિદિન વીરતા, ત્યાગ, ધ્યાન, અને સંકલ્પનું કોઇ નહિ ને કોઇ કાર્ય વગર જરૂરે પણ કર્યા જ કરે છે, તે પોતાની માનસિક અને આત્મિક શક્તિઓનો એક પ્રકારે વીમો જ ઉતરાવે છે. કદાચ્ કોઇ વિપત્તિ આવી પડે, તો જ્યાં સુંવાળી તળાઇઓમાં સુનારો માણસ એક ફૂંકની સાથે ઉડી પડે છે, ત્યાં પ્રતિદિન આત્માની સાધનામાં રહેનારો માણસ એક પહાડની માફક અચલ ઉભો રહી શકે છે.

તમે અંતરમુખ બની તમારા પર દેખરેખ રાખો.

સંકલ્પશક્તિને વધારવાની સાથે સાથે પોતાના મનના પડદાઓને ખસેડી ખસેડીને અંદરની પરીક્ષા પણ કરવી જોઇએ. તમારી ફરિયાદનું કારણ શું છે તેનો વિચાર કરજો. ક્યાંઇ મલીન સંકલ્પ–વિકલ્પોથી તો તમારો નાશ થઇ રહ્યો નથીને ? ક્યાંઇ એકાન્તમાં બેઠા બેઠા તમે તમારા મનના ઘોડાને દોડાવતા તો નથીને ? ક્યાંઇ મનઃચિત્રપટ પર કલ્પનાઓની રેખાઓથી એવા મિત્ર તો તમે નથી આલેખતાને, કે જેની બરોબરી કરી શકે એવું સ્થૂલ ચિત્ર આ દુનિયામાં પણ ગોતવાથી ન મળી શકે ? જો એવું હોય તો હવે 'બસ' કરી દો. એકાન્તમાં બેસવાનું જ છોડી દો. યાદ રાખો, બે પ્રકારના આદમીઓને સમાજનો ડર લાગે છે. કાં તો મહાત્માઓને, અને કાં તો પાપાત્માઓને. તમે બેમાંથી એક પ્રકારના માણસ જરૂર હશો. યાદ રાખજો, મલીન તર્ક–વિતર્કો તમારો નાશ

કરીને જ તમને છોડશે. એ તમારા હૃદયમાં એવાં એવાં ચિત્રો ઉભા કરશે, કે જે આ માનવ-જગત્‌માં જોવામાં આવતાં નથી. યદિ કોઇ નવલકથા કે નવલિકા વાંચતાં વાંચતાં તમારૂં નિર્મલ મનઃક્ષિતિજ મલીન વિચાર-કણોથી ઘેરાતું જાય, તો તે જ વખતે એ નવલિકા કે નવલકથાને ફેંકી દેજો. એવા જ પુસ્તકો વાંચો કે જેથી તમને કાંઇક મળે. જે માણસનું મન પવિત્ર છે, જેમાં મલીન વિચારોની રેલ કદી ચઢી નથી, તે કુચેષ્ટાઓમાં-કુટેવોમાં-કદી ફસાતો નથી. સારાં પુસ્તકો જ વાંચો. તમે નાના હો, તો તમારા વડિલ કે શિક્ષકને પૂછીને પછી જ કાંઇ પુસ્તકને હાથ લગાડો. યદિ તમે મોટા હો, તો તમારા નાના ભાઇના હાથમાં કોઇ પણ ગંદુ પુસ્તક આવવા ન દો. છાપખાનાઓ વધતાં જાય છે, અને પુસ્તકો પણ ઢગલાબંધ પ્રસિદ્ધ થતાં જાય છે. લોકો પૈસાને માટે ગમે તેવું સાહિત્ય લખી રહ્યા છે. એટલા માટે તમે જો બે અક્ષર ભણ્યા હો, તો સંભાળીને રહેજો. ખરાબ સોબતીઓનો સંગ મૂકી દો. આગ લાગો એવા દોસ્તોની દોસ્તીમાં, કે જેમનો ઉદ્દેશ તમને બગાડવા સિવાય-તમારો શિકાર ખેલવા સિવાય-બીજો કંઈપણ નથી. આ ઉપરાન્ત તમે કદી પણ 'નવરા' નહિ બેસો. નવરાપણાના ચરખામાંથી તો ગંદા વિચારોનું જ સૂતર કાંતી શકાય છે. કામમાં લાગ્યા રહો, કેમકે ખાલી મગજ એ શયતાનનું ઘર છે. મનમાં પવિત્ર વિચાર અને પવિત્ર સંકલ્પ ભરી દો. પછી તમનેં ખાત્રીપૂર્વક એમ કહી શકાય છે, કે ગંદી કુચેષ્ટાઓ કદી પણ તમારી પાસે આવી શકશે નહિ. તમારી પાસે વખત જ ક્યાંથી હશે, કે કુચેષ્ટાને તમારામાં દાખલ થવાનો મોક્કો મળે?

મનને માટે ત્રણ ચીજો ઝેર સમાન છે. 'નવરાપણું',

'મલીન વિચાર', અને 'ચિંતા'. નવરાપણું એટલે કામ વિનાનું ખાલી મન; અને કામ વિનાનું ખાલી મન હોય છે, એટલે મલીન સંકલ્પવિકલ્પો આપોઆપ અંદર ધસી આવે છે. કામમાં રોકાઇ રહેવું એ જ મલીન વિચારોને ધસી આવતા અટકાવવાનો મજબુત કિલ્લો છે. નવરૂં મન એટલે ગંદા વિચારોને દાખલ થવાના ખુલ્લા દરવાજા. આ સિવાય ત્રીજું ઝેર તે 'ચિન્તા' છે. કોઇ વિચારમાં મન ભરાએલું રહે, અને તેમાંથી છૂટવાનું તે ઘણુંએ કરે, પણ છૂટવાનો રસ્તો તેને દેખાય નહિ, ત્યારે એવી એ મુંઝવણભરેલી સ્થિતિનું નામ 'ચિન્તા' છે. એ ચિન્તાથી અનેક ઉચ્ચ આત્માનાં પતન થઇ ચૂકયાં છે. ચિન્તાગ્રસ્ત વ્યકિતઓને કુચેષ્ટાના શિકાર બની જવું એ સાધારણ વાત છે. બહુધા એ જ પ્રકારે એવા માણસો થેાડા વખતને માટે ચિન્તામાંથી મુક્તિ મેળવે છે. પરન્તુ એ મુક્તિ તેના પર પહેલાંથી પણ વિશેષ આત્મગ્લાનિનો બોજો નાખી દે છે. આ ચિન્તા વિષેનો ઉલ્લેખ પાછલા એક પ્રકરણમાં કરવામાં આવેલો છે. 'નવરાપણું', 'અપવિત્ર વિચાર', અને 'ચિન્તા' એ ત્રણે માનસિક પાપ છે. એનાથી મગજની મજ્જાતંતુશક્તિને આઘાત પહોંચે છે, મનુષ્યના વિપુલ શક્તિભંડારનો હ્રાસ થાય છે. એ ત્રણેના હુમલાથી બચવા માટે 'સંકલ્પ–શક્તિ'નો એટલે 'નિશ્ચય–શક્તિ'નો સંચય કરવો એ જ સર્વોત્તમ ઉપાય છે.

મનને માટે ત્રણ વિષ.

પ્રકરણ ૧૦ મું.*

હસ્તમૈથુન અને ડૉ. કુન્હેની ઉપચારપદ્ધતિ.

પાછલા પ્રકરણમાં હસ્તમૈથુનથી બચવાના ઉપાયોનું વર્ણન કરવામાં આવેલું છે. એ ઉપાયો ઉપરાન્ત ડૉ. કુન્હેની ઉપચારપદ્ધતિ પણ એક કાર્યસાધક ઉપાય છે. એ ઉપચારપદ્ધતિ, અને તેનાથી બચવા પામેલા હસ્તમૈથુનના દર્દીનું જુદું જ વર્ણન આપવું એ હેતુથી પાછલા પ્રકરણમાં આ ઉપચારપદ્ધતિનો સમાવેશ ન કરતાં આ જુદા જ પ્રકરણમાં તેનું થોડું વર્ણન કરવામાં આવેલું છે.

આ ઉપચારપદ્ધતિ વિષે લખતાં પહેલાં 'રોગ' એટલે શું? એ આપણે જરા જાણવું જોઇએ.

ફેફસા, મૂત્રપિંડ, મોટું આંતરડું, અને ચામડી એ શરીરની અંદરનો કચરો એટલે કે વિજાતીય દ્રવ્ય બહાર કાઢનારા

---

* આ પ્રકરણ મૂળ પુસ્તકમાં ન હોઇ ઉમેરવામાં આવેલું છે.
અનુવાદક.

૧૧

'રોગ' એટલે શું?

અવયવો છે. શરીરમાંનો કચરો બહાર નીકળવાના એ ચાર કુદરતી માર્ગ છે. એ માર્ગે કુદરત શરીરમાંનો કચરો બહાર કાઢવાનો પ્રયત્ન કર્યાજ કરે છે. એ માર્ગે પૂરેપૂરો કચરો શરીરમાંથી બહાર નીકળ્યા કરે, તો શરીર બરાબર નીરોગ સ્થિતિમાં છે એમ સમજવું.

પરન્તુ જીવનની અસ્વાભાવિક રહેણીકરણીથી એ અવયવો પોતાનું વિજાતીય દ્રવ્ય બહાર કાઢવાનું કામ જોઇએ તેવું જ્યારે કરી શકતા નથી, ત્યારે કચરો શરીરની અંદર ભેગો થવા માંડે છે. પરન્તુ કુદરત શાન્ત બેસી રહેતી નથી. તે જો શરીરમાંના કચરાને સ્વાભાવિક માર્ગે બરાબર બહાર કાઢી શકતી નથી, તો પછી બીજા ગમે તે અસ્વાભાવિક માર્ગે પણ બહાર કાઢવાને તે મથે છે. શરીરમાંના કચરાને સ્વાભાવિકને બદલે અસ્વાભાવિક માર્ગે બહાર કાઢવાનો કુદરતનો જે પ્રયાસ, તેનું જ નામ 'રોગ'. એક રીતે અથવા ખરી રીતે જોઇએ તો 'રોગ' એટલે આપણને બચાવવાનો જ કુદરતનો પ્રબલ પુરુષાર્થ છે.

મલીન-હવસી-વિચારોમાં રહેતો માણસ એ એક પ્રકારનો રોગી છે.

શરીરમાં જેમ વિજાતીય દ્રવ્ય વધારે તેમ લોહીની વિશુદ્ધતા ઓછી; અને જેમ લોહીની વિશુદ્ધતા ઓછી તેમ વિચારોમાં સાત્વિકતા—પવિત્રતા—ઓછી. એટલે કે વિચારોની પવિત્રતા એ લોહીની વિશુદ્ધતા પર આધાર રાખે છે. લોહી અશુદ્ધ હોયા વિના વિચારો મલીન આવતા જ નથી. જેના વિચારો પાપી છે—ગંદા છે—હવસી છે—તેના લોહીમાં એક પ્રકારનું વિજાતીય દ્રવ્ય પેદા

થાય છે, અને તેથી તેનું લોહી વિશુદ્ધ હોતું નથી; અને જ્યારે લોહી વિશુદ્ધ નથી હોતું, એટલે તે જોઇએ તેવો નીરોગ નથી ગણાતો. જેમ અશુદ્ધ લોહીથી મલીન વિચારો સ્ફૂરે છે, તે જ પ્રમાણે મલીન–વિષયી–વિચારોથી લોહી પણ બગડે છે. બંનેની અસર અરસ્પરસ થયા કરે છે. જેનામાં હવસી વિચારો–ગંદા વિચારો–હાલતાં ચાલતાં આવીને ઉભા રહે છે, જેનું મન એવા વિચારોની સૃષ્ટિમાં અધિક મોજ માણે છે, તેવાઓ શરીરે ભલે ગમે તેવા તંદુરસ્ત–મજબૂત દેખાતા હોય, તોપણ એક રીતે તેઓ રોગી જ છે. બિછાનાવશ પડેલો માણસ જેમ દર્દી છે, તે જ પ્રમાણે ગંદા વિચારો સેવ્યા કરતો માણસ પણ દર્દી છે. બંને જ દર્દી છે. ગંદા વિચારોથી× લોહી વિકારી બને છે, એક જાતના ઝેરી જન્તુઓ તેમાં ઉત્પન્ન થાય છે; અને જ્યારે લોહી એવું ઝેરી બને ત્યારે એવા માણસને નીરોગ કેવી રીતે કહી શકાય? જે માણસમાં કામ–ઇચ્છાની–વિષયવાસનાની અધિકતા છે, એવા વિચારમાં જે ભટક્યા કરે છે, તે એક પ્રકારે રોગી છે, એમ જ સમજવું. પશુઓમાં જ્યારે મૈથુન (કામ) ઇચ્છાની અધિકતા જોવામાં આવે છે, ત્યારે એવા પશુમાં રોગનું ચિન્હ સમજવામાં આવે છે.

જ્યારે માણસના લોહીમાં વિજાતીય દ્રવ્યનું એટલે કે શરીરને માટે ઝેરી તત્ત્વનું દબાણ વધતું જાય છે, ત્યારે તેની અસર શરીરમાં રસ પેદા કરનાર ગ્રંથીઓ (ગ્લેન્ડસ) પર, અને જ્ઞાનતંતુઓ પર વધારે થાય છે. આ કારણથી જીવનરસ

× વિચારોની શરીર પર કેવી અસર થાય છે, એનું વિશેષ વર્ણન મારા હવે પછી પ્રસિદ્ધ થનાર પુસ્તક **'આપણે સો વર્ષ કેવી રીતે જીવી શકીએ?'** એમાં આપેલું છે. **અનુવાદક.**

શરીરમાં વિજાતીય દ્રવ્યનું દબાણ વધી પડે છે, ત્યારે જ <u>અકુદરતી</u> કામ-ઇચ્છા ઉદ્ભવે છે.

(વીર્ય) પેદા કરનાર જનનઅવયવ પર પણ એ વિજાતીય દ્રવ્યનું અધિક દબાણ થાય છે; અને પરિણામે **અકુદરતી** કામઇચ્છા ઉત્તેજિત થાય છે. જનનેન્દ્રિય વિજાતીય દ્રવ્યથી ભરાઇ જાય છે, એટલે મન પછી એવાજ ગંદા વિચારોમાં ભટકવા લાગે છે. એથી ઉલટું શરીરમાં વિજાતીય દ્રવ્યનું દબાણ નથી હોતું, ત્યારે જે કામ-ઇચ્છા ઉદ્ભવે છે તે **કુદરતી** હોય છે. એવી કુદરતી કામ-ઇચ્છા માણસને અપવિત્ર વિચાર અને વિકૃષ્ટ વાસનાથી બચાવે છે. કુદરતી કામ-ઇચ્છા એ આજકાલ જોવામાં આવે છે તેવી વિહ્વલ અને વિવશ કરનાર મૈથુનથી સાવ નિરાલી હોય છે.

ઉપર્યુક્ત પ્રમાણે જ્યારે માણસના લોહીમાં વિજાતીય-દ્રવ્યનું દબાણ વધી પડે છે, ત્યારે તેના જનનઅવયવમાં પણ એ વિજાતીય કચરો એકઠો થાય છે; અને પરિણામે એક પ્રકારની ખોટી–અસ્વાભાવિક–અશુદ્ધ મૈથુન-ઇચ્છા ઉદ્ભવે છે.

તે જ પ્રમાણે બીજા કોઇ દુરાચારી માણસના સંગથી, અથવા એવાં જ ગંદા પુસ્તકોના વાચનથી કે પ્રેમશૃંગારિક દૃશ્યથી જ્યારે માણસમાં ગંદા વિચારો ધસી આવે છે, ત્યારે તેનું લોહી ગમે તેવું શુદ્ધ હોય છે, તોપણ તેમાં પછી વિજાતીય કચરો પેદા થવા માંડે છે–લોહી અશુદ્ધ બનવા માંડે છે. પરિણામે જનનઅવયવ વિજાતીય દ્રવ્યથી ભરાઇ જવાને લીધે માણસમાં અકુદરતી મૈથુન-ઇચ્છા પછી ઉત્પન્ન થાય છે.

ઉપરનાં બંને અથવા કોઇ પણ એક કારણથી જ્યારે

માણસમાં અકુદરતી કામ–ઇચ્છા ઉત્પન્ન થાય છે, ત્યારે તેમાંથી સંજોગવશાત્ કેટલીક વખત માણસ આત્મવ્યભિચાર (એટલે હસ્તમૈથુન) તરફ વળી જાય છે. આત્મવ્યભિચાર તરફ માણસ જ્યાં વળ્યો, એટલે એ સીધો જ મૃત્યુ તરફ વળ્યો એમ જ એને માટે કહી શકાય. એ એવી ભયંકર ટેવ છે, કે જેમાંથી પછી કોઈ વીરલાઓ જ તરત છૂટી શકે છે. ઘણાઓ એવી ટેવને પરિણામે પછી જીવનભર નપુંસક (નામર્દ) બની જાય છે; અને ઘસાઇ ઘસાઇને વહેલા મરી જાય છે. એવા માણસ પોતાનું ગુપ્ત પાપ કોઇને કહી પણ શકતા નથી. એવાઓએ કોઇ યોગ્ય માણસ પાસે પોતાનું હૃદય–દુઃખ વિના સંકોચે જાહેર કરી દેવું જોઇએ; કે જેથી તેનો ઉદ્ધાર થવામાં તેને મદદ મળી શકે. વૈદ્ય–હકીમ, કે યાકુતીઓને આશ્રયે જતાં સાત વાર વિચાર કરવો. યાકુતીઓ વગેરેથી થોડા દિવસ દીવો વધારે પ્રકાશ આપી પછી સાવ ગુલ થઈ જશે. એટલા માટે કોઇ યોગ્ય માણસ પાસે જ જવું. હિંમત મુદ્દલ હારવી નહિ. હસ્તમૈથુનની આદત કેટલી ભયંકર છે, એ એક નીચેના ઉદાહરણ પરથી સારી પેઠે સમજી શકાશે.

અકુદરતી મૈથુન–ઇચ્છાને પરિણામે માણસ કોઈ વખત હસ્તમૈથુન તરફ વળી જાય છે.

શ્રીમાન્ શ્રોત્રીય કૃષ્ણસ્વરૂપજી કે જેઓ ડૉ. કુન્હેની ઉપચાર–પદ્ધતિમાં સારી કુશળતા ધરાવે છે, તેઓએ ડૉ. કુન્હેની જલોપચાર પદ્ધતિના પોતે અનુવાદિત કરેલા પુસ્તકમાં પોતાની પાસે આવેલા હસ્તમૈથુનના એક દર્દીનું વર્ણન આ પ્રમાણે કરેલું છેઃ—

"સને ૧૯૧૧ માં એક ૨૧ વર્ષનો નવયુવક મારી પાસે આવ્યો. હસ્તમૈથુનની આદતમાં તે બરાબર સપડાઇ ચૂકેલો

હતો. તેની શારીરિક દશા ઘણી જ શોચનીય હતી. સો કદમ પણ તે મુશ્કેલીથી ચાલી શકતો હતો. તેનું શરીરપિંજર જાણે ક્ષયથી છેક ઘસાઇ ગએલું હોય એવું દેખાતું હતું. તેના મ્હોમાંથી વારે વારે થૂંક નીકળ્યા કરતું હતું. ખૂન જેવી વસ્તુ તેની પાસે હતી જ નહિ. એમ છતાંય જીવન નિભાવવાના વિચારથી એક-બે રોટલી તે વગર ભૂખે પણ ખાતો હતો. દસ્ત આઠ-આઠ દિવસે માંડ માંડ આવતો, અને તે પણ જ્યારે બહારથી દિવેલ જેવા પદાર્થની મદદ આપવામાં આવતી ત્યારે જ આવતો. ઊંટના લીંડા જેવો તેનો મળ નીકળતો. ઇંગ્લિશ એન્ટ્રન્સ સુધી તે ભણેલો હતો, પરન્તુ હસ્તમૈથુનમાં સપડાઇ જવાને લીધે પછી તે આગળ ભણી શક્યો નહિ. તેના આખા શરીરની ધાતુ ક્ષીણ થઇ ગઇ હતી. તેણે હસ્તમૈથુનનું પાપ તેની ૧૫-૧૬ વર્ષની ઉમ્મરે શરૂ કર્યું હતું. એક વરસ એ પાપ સતત ચાલુ રાખ્યું, પણ એટલામાં તો પોતાનો વિનાશ તેણે જોવા માંડયો, અને એ પાપથી છૂટવા ફાંફાં માર્યાં, પરન્તુ પછી શું વળે? આગ ચારે તરફથી લાગી ચૂકી હતી. તેણે ઘણાં વરસ ઔષધિઓ લીધી પણ કાંઇ વળ્યું નહિ."

હસ્તમૈથુનના પંજામાં સપડાએલો એક નવયુવક.

એ નવયુવકે પછી શ્રોત્રીય કૃષ્ણસ્વરૂપજીની દેખરેખ નીચે ડૉ. કુન્હેની ઉપચારપદ્ધતિની શરૂઆત કરી. શરૂઆત કર્યા પછી તેને ત્રણ-ચાર દિવસે દસ્ત આવવા લાગ્યો. પંદરેક દિવસમાં એ ઉપચાર-પદ્ધતિને પરિણામે તેનામાં લગભગ અર્ધો માઇલ જેટલી ચાલવાની શક્તિ આવી. ખોરાકમાં પ્રથમ થુલાવાળો જાડો લોટ પાણીમાં પકાવીને

ડૉ. કુન્હેની ઉપચાર પદ્ધતિ.

તેને આપવામાં આવતો, પણ પછી તેને કાચા ઘઉં આપવાની શરૂઆત કરી. એ કાચા ખોરાકમાં ચઢતાં ચઢતાં સવાર–સાંજ બંને વખત મળી તે દરરોજ લગભગ અઢાર તોલા ઘઉં પચાવી શકવા લાગ્યો. ૭ મહીનામાં તેણે પોતાનું ગએલું આરોગ્ય પાછું મેળવ્યું.

ડૉ. કુન્હેની ઉપચાર પદ્ધતિમાં શરીરમાં કોઇ પણ પ્રકારની દવા નાખવામાં આવતી નથી. દવાઓ દર્દો મટાડે છે, પણ તે સાથે પોતાની અમુક જાતની ઝેરી અસર શરીરમાં દાખલ કરતી જાય છે, એમ ડૉ. કુન્હે માને છે; અને તેથી એની ઉપચાર પદ્ધતિમાં દવાને બીલકુલ સ્થાન નથી. કુન્હેની ઉપચારપદ્ધતિમાં શરીરને કટિસ્નાન, લિંગસ્નાન, બાષ્પસ્નાન, અને સૂર્યસ્નાન આપવામાં આવે છે; અને તે સાથે ખોરાકમાં થુલાવાળો જાડો લોટ, તાજાં ફળ, કાચું અનાજ વગેરે આપવામાં આવે છે. એ પદ્ધતિએ શરીરની અંદર ભરાઇ રહેલા વિજાતીય પદાર્થોને બહાર કાઢવામાં આવે છે. વિજાતીય કચરો બહાર નીકળી જાય છે, એટલે લોહી વિશુદ્ધ બને છે, અને પછી મલીન વિચારો–ગંદી વાસનાઓ–મનમાં આવી શકતાં નથી. ગંદા વિચારો તો અશુદ્ધ લોહીનાં ખાતરથી જ મનમાં ઉગી શકે છે.

કુન્હેનું કટિસ્નાન લેવા માટે એક ટબની જરૂર પડે છે. ટબની અંદર કૂવાનું તાજું ઠંડું જળ નાખી પછી પહેરેલું કપડું કાઢી નાખી અંદર એવી રીતે બેસવું

કટિસ્નાન. **(ફ્રિકશન હિપબાથ.)** કે જેથી જંઘાથી ડુંટીની ઉપરનો આસરે બે ઇંચ જેટલો ભાગ પાણીમાં ડૂબેલો રહે, અને શરીરનો બાકીનો ભાગ બહાર રહે. પછી ડુંટીની આસપાસ પેડુ પર એક ખાદીના

જેવું કપડું લઇ પાણીમાં હલકે હાથે જમણા હાથથી ડાબા હાથ તરફ ઘર્ષણ કર્યા કરવું. શરૂઆતમાં દસ મિનિટથી માંડીને પછી ધીમે ધીમે અર્ધા–પોણા કલાક સુધી ટબમાં એસી ઘર્ષણ કરી શકાય છે. રોગીની સ્થિતિ પ્રમાણે ઓછો-વત્તો વખત અંદર એસી શકાય છે. કૂવાનું ઠંડુ પાણી શરૂ-આતમાં સહન ન થાય, તો સહેજ હુંફાળું લઇ પછી ધીમે ધીમે ઠંડા પાણીની ટેવ પાડવી. આને 'ફ્રિકૂશન હિપબાથ' કહે છે. દિવસમાં સવાર, બપોર, અને સાંજ ત્રણ વખત, અથવા સવાર અને સાંજ બે વખત પણ તે લઇ શકાય છે. આ કટિસ્નાનમાં શરીર–સુધારણાં કરવાની કોઇ અજબ શક્તિ રહેલી છે. આ સ્નાન કર્યા પછી તરત શરીર લૂછીને કપડાં પહેરી પછી કાંઈ મહેનતનું—હાલવાચાલવાનું—કામ કરવું આવશ્યક છે.

કુન્હેનું બીજું સ્નાન તે 'લિંગસ્નાન' છે. એ લિંગસ્નાન-માં જનનઇન્દ્રિયના છેક આગલા ભાગને જે ચામડી ઢાંકે છે, એ ચામડીને જરા ખેંચી ભેગી કરી, એ ભેગી કરેલી ચામડીના અગ્રભાગનું નરમ લુગડાથી પાણીમાં હલકે હાથે ઘર્ષણ કરવું પડે છે. આ સ્નાનમાં પણ ટબનો જ ઉપયોગ થાય છે. એમાં ટબની અંદર એવી રીતે બેસવું, કે જેથી બેસવાનો નીચલો ભાગ ફક્ત ટબના પાણીમાં ભિંજાય વધારે ભીંજાય તો તેથી હરકત નથી. જનન–ઇન્દ્રિયનો બે એક ઈંચ જેટલો ભાગ પાણીમાં ડૂબેલો રહે તેમ કરવું. આમ કરવા માટે ટબની અંદર કોઇ જરા ઉંચી વસ્તુ મૂકી તેના પર બેસવું અનુકૂળ થઇ પડશે. આ સ્નાનમાં લિંગની ચામ-

લિંગસ્નાન. (ફ્રિકૂશન સિટ્ઝ બાથ.)

ડીના જે અગ્રભાગનું ઘર્ષણ કરવામાં આવે છે, તે અગ્રભાગમાં અનેક જ્ઞાનતન્તુઓનાં કેન્દ્રસ્થાન આવેલાં છે. એ જ્ઞાનતન્તુઓનાં કેન્દ્રસ્થાનનું શીતળ જળમાં ઘર્ષણ સ્નાન થવાથી શરીરમાંના જ્ઞાનતન્તુઓમાં નવચેતન અને નવશક્તિ આવવા લાગે છે; અને પરિણામે જ્ઞાનતન્તુઓની એ શક્તિ વડે શરીરમાંનો કચરો બહાર કાઢી શકાય છે. આ સ્નાન પણ આવશ્યકતા પ્રમાણે દરરોજ દસ મિનિટ, પંદર મિનિટ, અર્ધો કલાક, કે તેથી વધુ જેટલો વખત કરવામાં આવે, તેટલો વખત તેમાં સતત–અખંડિતપણે–લિંગની અગ્રભાગની ચામડીનું ઘર્ષણ કરવું આવશ્યક છે.

બાષ્પસ્નાન. (સ્ટીમબાથ.)

કુન્હેનું ત્રીજું સ્નાન તે 'બાષ્પસ્નાન' છે. એ સ્નાનમાં શરીર ઉપર ગરમ લુગડું ઓઢી ખળખળતા ગરમ પાણીની વરાળ લેવામાં આવે છે. એથી શરીરમાંનો કચરો પ્રસ્વેદ રૂપે બહાર નીકળી જાય છે. કેટલીક વખત શરીરના જે ભાગમાં કચરો વધારે ભેગો થયો હોય, તે ભાગને જ બાષ્પસ્નાન આપવામાં આવે છે. એને 'લોકલ સ્ટીમબાથ' અથવા 'સ્થાનિક બાષ્પસ્નાન' કહે છે, એ સ્નાનની કેટલીક વખત દર્દ પર ચમત્કારી અસર થાય છે. આખા શરીરનું બાષ્પસ્નાન અશક્ત માણસોને આપતાં વિચાર કરવો. એક અઠવાડીઆમાં બે ત્રણ વખત એ સ્નાન લેવું પૂરતું ગણાય છે. કોઈ કોઈ પ્રસંગે આવશ્યકતા હોય, અને દર્દીની શરીર સ્થિતિ સહન કરે તેવી હોય, તો લાગલાગટ પંદર–વીસ દિવસ સુધી આ આખા શરીરનું બાષ્પસ્નાન આપી શકાય છે. આ સ્નાન ઘણું મહત્વનું છે. આ સ્નાન લીધા

પછી ચામડી પરનો પરસેવો લૂછી પછી તરત જ ટબમાં બેસી કટિસ્નાન કરવું ખાસ જરૂરનું છે.

કુન્હેનું ચોથુ સ્નાન તે 'સૂર્યસ્નાન' છે. સૂર્યનાં કિરણોમાં જન્તુવિનાશક શક્તિ અદ્ભુત છે. લોહીને શુદ્ધ કરવાની સૂર્ય-કિરણોની શક્તિ ઘણી વિલક્ષણ છે.

સૂર્યસ્નાન.
(સનબાથ.)

જેના પૂર્વજો સૂર્યકિરણોની રોગવિનાશક શક્તિથી સારી રીતે જ્ઞાત હતા, તેના સંતાનો—આપણે—એ શક્તિના સામર્થ્યને છેક જ ભૂલી ગયા છીએ. શરીરના જે ભાગ પર સૂર્યસ્નાન લેવાનું હોય, તે ભાગ પર વસ્ત્ર હોવું ન જોઇએ, પણ તેને બદલે ત્યાં વનસ્પતિનું લીલું પાંદડું મૂકી તેના પર સૂર્યકિરણો ઝીલવાં જોઇએ. એમ કરવાથી સૂર્યકિરણોની ભારે અસર તે ભાગ પર થાય છે.

આ ઉપરાન્ત ડૉ. કુન્હેની ઉપચારપદ્ધતિમાં ખોરાક માટે ખાસ સંભાળ લેવી પડે છે. થુલાવાળો જાડો લોટ, સાવ કાચો ખોરાક, તાજાં ફળ એ વગેરે ખોરાકમાં લઇ શકાય છે. મેંદો, ઘી, તેલ, મરીમસાલા, તેમ જ બીજા ભારે ખોરાક તેમાં ત્યાજ્ય ગણાય છે.

પાછલા પ્રકરણમાં દર્શાવ્યા પ્રમાણે મનમાં સંકલ્પશક્તિને એકઠી કરતા જઇ, સાથે સાથે ડૉ. કુન્હેની આ ઉપચારપદ્ધતિનો ઉપયોગ કરવામાં આવે, તો હસ્તમૈથુનમાં ગમે તેવો સપડાએલો અને નિરાશ થએલો માણસ પણ એક વખત તેમાંથી જરૂર મુક્તિ મેળવી શકશે એમ ખાત્રીપૂર્વક કહી શકાય છે.

ડૉ. કુન્હેની આ ઉપચારપદ્ધતિ કોઇ પણ દર્દમાં અજમાવી જોવા જેવી છે. આ પ્રકરણમાં તેનું વર્ણન સંક્ષિપ્તમાં જ કરવામાં

આવેલું છે. કોઇ અનુભવીની દેખરેખ નીચે અથવા તેની સલાહ પ્રમાણે આ ઉપચાર કરવામાં આવે એ વધારે ઇચ્છવા યોગ્ય છે. કદાચ્ એવો કોઈ માણસ ન મળે તો પછી પોતાની જાતથી પણ આ ઉપાય અજમાવી શકાય છે.*

---

* આ ઉપચારપદ્ધતિનું વિશેષ વર્ણન મારા હવે પછી પ્રસિદ્ધ થનાર પુસ્તક '**આપણે સો વર્ષ કેવી રીતે જીવી શકાય**'? એમાં આપેલું છે. **અનુવાદક.**

પ્રકરણ ૧૧ મું.*

માતાપિતાઓને ખુલ્લો સંદેશ.

આપણી ચારે તરફનું ગંદું વાતાવરણ.

શું આજનું વાતાવરણ પવિત્ર છે? બાલકો, નવયુવકો હાલતાં ફસાઈ પડે, હાલતાં તેમનું જીવન બરબાદ થઇ જાય, એવું ભયંકર ઝેરી વાતાવરણ શું આજે નથી? એક ઉગતો બાલક આજુબાજુ સર્વત્ર ઉડી રહેલા કુચેષ્ટાના ચેપથી નિર્લેપ રહી શકશે એવી ખાત્રી કોઇ આપી શકે એમ છે? શું ચાર-પાંચ વરસના છોકરાઓને ભલે વિકારી મનોભાવ વગરની પણ ગંદી વાતો કરતા કે ગંદી રમતો રમતા આપણે જોતા નથી? એ બધું શું બતાવે છે? ચારે તરફ જીવન-વિનાશક કુચેષ્ટાઓની સુરંગો વેરાએલી પડી છે, અને તેની વચ્ચેથી એક બાલકને પસાર થવાનું છે, એ શું આપણી આંખે નથી દેખાતું? તમે એક મોટા શહેરથી માંડીને નાનામાં નાના ગામડાનું વાતાવરણ

જોશો, તો ત્યાં પણ બાલકોમાં–યુવકોમાં કુચેષ્ટાઓનો ચેપ ફેલાએલો માલમ પડશે. એક ઉગતા બાલકની ચારે તરફ ભયનું વાતાવરણ આજ જામેલું છે. સેંકડોમાંથી કોઇ એકાદ બાલક કુચેષ્ટાના ભયથી મુક્ત રહી નિર્લેપપણે પોતાની જીવન–નૌકા કદાચ્ હંકારી શકતો હશે. ચારે તરફ ભય વ્યાપેલો છે, અને તેમાં બીજાં નિત્ય નવાં નવાં ભયનાં તત્ત્વો ઉમેરાતાં જાય છે.

તમારા બાલકને આજુબાજુના ભયથી સાવધાન શા માટે ન કરવો ?

જો ભય અવશ્યમેવ છે, જો કુચેષ્ટાઓની ભયંકર ખાઇમાં એક બાલક ક્યારે ગબડી પડશે એ કહી શકાય એમ નથી, જો ઠેર ઠેર પડેલી કુચેષ્ટાઓની સુરંગો સાથે એક બાલકની જીવનનૌકા ક્યારે અથડાઇ ભાંગીને ભુક્કો થઈ જશે એ કહેવું મુશ્કેલ છે, એક બાલક જરા પણ ભૂલ્યો કે ચૂકયો–કોઇ બદમાસ છોકરાના પ્રલોભનમાં જરા પણ લપસ્યો; તો તેનું જીવન ચુંથાઇ જતાં જો વાર લાગે એમ નથી, તમારા બાલકને તમારે ઘરને આંગણે રમતા, શેરીમાં રમતા, બે ભાઇબંધ સાથે બહાર ફરવા જતા, સ્કૂલમાં કે બૉર્ડિંગમાં કોઇ પણ ઠેકાણે ક્યારે એને ‘ ચેપ ’ લાગી જશે એની જો સલામતી નથી, સિનેમાનાં શૃંગારભર્યાં દશ્યો જોતાં, નાટકોનાં મર્યાદા વગરનાં ‘ નાગાં ’ ગાયનો કે સંભાષણો સાંભળતાં, અને એવાં જ એનાં ‘ નખરાળાં ’ અભિનય જોતાં, તેમજ પ્રેમશૃંગારભરી નવલકથાઓનાં પાનાં ફેરવતાં તમારો બાળક આત્મવિનાશના ગુપ્ત માર્ગે ક્યારે ચઢી જશે એની જો કોઇ ખાત્રી નથી, તો પછી એવા અનેક પ્રકારના એ સંભવિત ભયથી તેને પહેલે-થી જ સાવધાન કેમ ન કરી દેવો ?

કેટલાક માતાપિતાઓ એમ માને છે, કે કુચેષ્ટાઓના ભયથી—ફસાઈ પડવાના ભયથી—બાળકને પ્રથમથી સાવધાન કરવામાં આવે, તો જે બાળક કાંઈ

સાવધાનીના શબ્દો પહેલેથી સંભળાવ-વામાં માતાપિતાઓને એક ભય.

જાણતો નથી તેને ઉલટો જાણીતો કરવા જેવું થાય છે. વાત પણ ખોટી નથી. પરન્તુ તેઓની સામે પ્રશ્ન એ છે, કે એક બાલકને પ્રથમથી સાવ-ધાન કરવામાં ન આવે, તેને પ્રથમથી ભયથી જાણીતો કરવામાં ન આવે, તો તેથી એ બાલક કુચે-ષ્ટાઓના ચેપથી સાવ નિર્લેપ રહી શકશે ખરો? તમે તેને પહેલેથી સાવધાન કરો કે ન કરો, પરન્તુ ભય તો તેની સામે તેના જીવનમાં આવવાનો છે જ એમાં શંકા નથી. પ્રથમથી સાવધાન કરવાથી જ જો ભય ઉભો થવાની સંભાવના હોય, તો તો બાલકને સાવધાન કરવા માટે પુસ્તકો તો શું પણ એક વાક્યની કે એક અક્ષરની પણ આવશ્યકતા નથી. પણ સવાલ એ છે, કે સાવધાનીના શબ્દો પહેલેથી ન સંભળાવવામાં આવે, તો તમારા બાલકને તમે કુચેષ્ટાઓના ચેપથી મુક્ત રાખી શકો એમ છો? તમારી મગદૂર નથી કે આજના વાતાવરણમાં તમે તમારા બાલકને એવી કુચેષ્ટાઓથી સર્વથા દૂર રાખી શકો.

જો સાવધાનીના શબ્દો પ્રથમથી ઉચ્ચારો કે ન ઉચ્ચારો, છતાં પણ તમારા બાલકની સામે કુચેષ્ટાનો ભય અનિવાર્ય છે, તો પછી તેને દૂરના ભયની પ્રથમથી ચેતવણી શા માટે ન આપવી? એક અજાણ્યા મુસાફરના રસ્તામાં ઉંડી ખાઇ આવવાની છે, તો પછી તે મુસાફરને એમ કહીને શા માટે સાવધાન ન કરવો, કે 'ભાઇ, સંભાળજે, એ ખાઇ ભયંકર છે,

જાળવીને જજે ?' સાવધાનીના એ શબ્દો કહી મુસાફરને માર્ગમાં આવનાર ભયથી પહેલેથી સાવચેત કરવામાં મુસાફરનું હિત છે કે અહિત ? તમારા બાળકો પણ એક અજાણ્યા મુસાફર છે. જ્યાં જ્યાં તમારા પાછલા અનુભવોમાં તમને 'ભય' દેખાયો હોય, જ્યાં જ્યાં તમે ફસાઇ પડયા હો, ત્યાં ત્યાં સાવધાનીના શબ્દોની 'લાલબત્તી' તમે પહેલેથી ગોઠવી દો, કે જેથી તમારો બાળક એ જગાએ ફસાઇ પડે નહિ.

જો ભય અનિવાર્ય છે, તો પછી બાળકને પ્રથમથી સાવધાન શા માટે ન કરવો ?

અને ઓ માતાપિતાઓ ! તમારા બાળકની ચારે તરફ જે ગંદું વાતાવરણ ફેલાએલું છે, તેમજ એ વાતાવરણથી તમારા બાળકને દૂર રાખવાને–તેમાં ફસાઇ પડતો અટકાવવાને પ્રથમથી જ તેને સાવધાન કરી દેવાનું તમારૂં જે પરમ કર્તવ્ય છે, એ કર્તવ્યપાલન કરવાને તમે તમારો સમય શું કાઢી શકો છો ખરા ? તમે તમારી પ્રાણથી પણ વહાલી એવી સંતતિનૌકાને ઉત્પન્ન કર્યા પછી તેને તેના જીવનસાગરમાં એમ ને એમ એના ભાગ્યને ભરોસે શું વહેતી મૂકી દેતા નથી ? કોઇ પાપી–ખડક સાથે અથડાઇ વિનાશ ન થાય એ માટે તમે એના તરફ પૂરેપૂરૂં ધ્યાન શું આપો છો ખરા ? તમારો બાળક કોની સાથે રમે છે, ક્યાં રમે છે, કોની તેને દોસ્તી છે, એ શું કરે છે, ક્યાં ફરવા જાય છે, શું વાંચે છે, કેવા શબ્દો બોલે છે, એ સંબંધી તમે આડી નજરે બરાબર લક્ષપૂર્વક ધ્યાન શું આપો છો ખરા ?

તમારા બાળકને ફસાઈ પડતો અટકાવવાને તમે તમારૂં કર્તવ્ય બજાવો છો ખરા ?

તમે એના સમગ્ર જીવન તરફ સૂક્ષ્મ રીતે જોતા રહો. એ જ્યાં ભૂલ કરતો હોય ત્યાં એને સૌમ્ય ભાષામાં સમજાવો.

તમે સારાં સારાં પુસ્તકો તમારા બાળકના હાથમાં મૂકો.

એ શૃંગારિક નવલિકા લાવી લાવીને વાંચતો હોય, તો એને ઉપદેશપૂર્ણ મીઠા શબ્દોમાં એનું નુકસાન સમજાવી એના જીવનને પ્રેરણા મળે એવાં ઉત્તમ પુસ્તકો તમે પોતે પસંદ કરી એના હાથમાં મૂકો. એવાં પુસ્તકોમાં વિશેષ કરીને જીવનચરિત્રના પુસ્તકો વાંચનાર પર ભારે અસર કરે છે; અને એટલા માટે મહાત્માઓનાં, વીરાત્માઓનાં, વિદ્વાનોનાં, પરાક્રમી બાલકોનાં અને એવાં જ બીજાં ઉચ્ચકોટિનાં પુસ્તકો બાલક પાસે મૂકો. એવા પુરુષોનાં જીવનચરિત તેની પાસે મૂકવાં એનો અર્થ એટલો જ, કે એવા પુરુષોની સોબતમાં બાલકને મૂકવો. આ ઉપરાન્ત તમારો પોતાનો લાભ તેને મળે તેમ કરો. તમારા શબ્દોની એના હૃદય પર સીધી અને સ્થાયી અસર થાય છે. એટલા માટે એની સાથે સમય કાઢીને જ્ઞાન-વિનોદની ચર્ચા કરો, ઉપદેશ આપો, સાચા ગુરુ તો તમે છો.

ઘણા બાળકોને સુતા સુતા વાંચવાની ટેવ હોય છે. તેઓ એ રીતે વાંચતી વખતે પડખાભર સૂઇ કમ્મર

બાળકને ઉંધા સુતા અટકાવો.

આગળથી ઉંધા ઝૂકીને વાંચે છે. એ ટેવ ઘણી જ ખરાબ છે. એથી તેની જનનેન્દ્રિયનો ભાગ સ્વાવિક રીતે જ દબાય છે, અને તેથી ઉત્તેજનાં થવાનો સંભવ રહે છે; અને એક વખત પણ જો એ રીતે ઉત્તેજનાનો અનુભવ થયો, તો પછી એ ઉત્તેજના બાળકને કયાં ઘસડી જશે એ કહેવું મુશ્કેલ છે.

કેટલીક વાર ખૂદ માતાપિતાઓ પોતે જ બાળકમાં આત્મવિનાશનાં બીજ વાવે છે.

જો તમે તમારા બાળકને દુનિયાના ગંદા વાતાવરણથી અલિપ્ત રાખવા ઇચ્છતા હો, તો ખૂદ તમારે પોતે ભોગવિલાસ પર વિવેક અને સંયમનો અંકુશ મૂકવો પડશે. એવા થોડા જ માતાપિતા નીકળશે, કે જેઓ થોડી સમજ ધરાવનાર બાળક કે બાલિકાની વચ્ચે, યુવક પુત્ર કે યુવતી પુત્રીની વચ્ચે, જેટલા સંયમ અને મર્યાદાપૂર્વક રહેવું જોઇએ એટલા સંયમ અને મર્યાદાપૂર્વક કદાચ્ રહેતા હોય. આ વિષયમાં વધારે લખવું ઉચિત નથી. માતાપિતાનાં સંયમ, વિવેક અને મર્યાદા વગરનાં જીવનની તેમનાં બાળકો પર અદૃશ્યપણે ગંદામાં ગંદી છાપ પડે છે; અને એ રીતે સ્વયમ્ માતાપિતાઓ જ પોતાને હાથે પોતાનાં સંતાનોનાં આત્માવનાશનાં બીજ એ સંતાનોની હૃદયભૂમિમાં વેરે છે.

ગંદી છબીઓને ઘરમાં સ્થાન ન આપો.

આ સિવાય ઘરની અંદર ફોટાઓ—છબીઓ—પસંદ કરવામાં માતાપિતાએ ખાસ સંભાળ રાખવી ઘટે છે. એવાં ચિત્રો ઘરમાં ન જોઇએ, કે જેમને જોવાથી એક કુમારના શાન્ત હૃદય—સરમાં ખળભળાટનું એક મોજું પણ ઉત્પન્ન થઇ શકે, એવી શૃંગારિક છબીઓ ન જોઇએ, કે જે છબીઓ તમારા સંતાનની શાન્ત પણ દારૂગોળા જેવી કુમાર અવસ્થામાં આગનો એક તણખો પણ પેદા કરી શકે. બાળકોમાં ચરિત્ર—વિનાશની સામગ્રી ઘરમાં તો હોવી ન જ જોઇએ.

આઠ વર્ષની ઉમ્મર સુધી માતાપિતા, અને તેમાંએ ખાસ કરીને માતા બાળકની પ્રત્યેક ક્રિયા પર બરાબર ધ્યાન આપે;

અને આઠ વર્ષની પછીની ઉમ્મરે આવનાર ભયને સામે રાખીને માતા પોતાના બાલકને સાવધાન કરતી કરતી પ્રેમથી સમજાવે, "બેટા! આ તારી ઉપસ્થ ઇન્દ્રિય ઘણી પવિત્ર ઇન્દ્રિય છે. જો તેને હાથથી સ્પર્શ કરવામાં આવે, અથવા કોઈ બીજો માણસ તેને સ્પર્શ કરે, તો તે અપવિત્ર થઈ જાય છે. જે છોકરા તેને હાથથી સ્પર્શ કરે છે, અથવા બીજાને સ્પર્શ કરવા દે છે, તે છોકરાઓ છોકરા જ રહે છે, પુરુષ બની શકતા નથી. માટે જો તું પુરુષ બનવા ચાહતો હો, તો મારા શપથ લઇને કહે, કે એ ઇન્દ્રિયને તું કદી અડીશ નહિ, કે કોઇને અડવા દઇશ નહિ." બાલકની શ્રદ્ધા માતા પર અગાધ હોવાને લીધે માતાના એ શબ્દો બાલક માની લેશે.

નાના બાળકને માતા પોતે ઉપદેશ આપે.

બાલક ત્રણ–ચાર વર્ષની ઉમ્મરનો થાય એટલે પછી તેને દાઇ અથવા નોકરોના હાથમાં કેટલાક માતાપિતાઓ સોંપી દે છે. પરન્તુ એ માતાપિતાઓને ખબર નથી હોતી, કે દાઇ અથવા નોકરોને હાથે પણ કેટલીક વખત અનેક બાલકોનાં ચરિત્ર–વિનાશનાં બીજ વવાય છે. બાલકની ગુપ્ત ઇન્દ્રિય સાથે તેઓ રમત કરે છે, અને એમ કરીને બાલકને ખૂશ કરે છે. પરન્તુ તેનું પરિણામ ભવિષ્યમાં ઘણું ભયંકર આવે છે. તમે તમારા બાલકને નોકરોના હાથમાં છેક જ મૂકી ન દેશો.

તમે તમારો બાલક નોકરોને સોંપી ન દો.

બાલકોનો તેરથી વીસ વર્ષની ઉમ્મરનો વખત, એ માતા-પિતાઓને માટે તેમનો કસોટીનો વખત છે. એ સમયે તેમણે

જો પોતાનું કર્તવ્ય બરાબર ન બજાવ્યું, એ સમયે તેઓ બરાબર આંખ ખોલીને જાગ્રત્ ન રહ્યા, તો તેનું ભયંકર પરિણામ આવતાં વાર નહિ લાગે. એ ઉમ્મરે બાળક કોઈ બીજા બાલક સાથે વધારે પડતો પ્રેમ કે વધારે પડતી દોસ્તી બતાવે, તો માતાપિતાએ સાવધાન થઈ જવું જોઇએ. એ ઉમ્મરે છોકરાઓમાં દોસ્તી મોટે ભાગે તેમનાં ચારિત્ર ભ્રષ્ટ કરવા માટે થાય છે. બાલકોને મોટે ભાગે બાલકો જ બગાડે છે. એક કુચેષ્ટામાં ફસેલો બાલક બીજા અનેકને એ કુચેષ્ટાનો ચેપ લગાડી દે છે. બાલકોના આ તેરથી વીસ વર્ષની ઉમ્મરના સમયમાં બાલકોનું ભાવિ નિર્માણ થાય છે. એ સાચો મનુષ્ય બને કે પશુ બને, એનો આધાર માતાપિતાના એ વખતે બાલકો પ્રત્યેના કર્તવ્યપાલન પર રહેલો છે. જોઇએ તો માતાપિતા ઊંઘે, કે જોઇએ તો જાગ્રત્ રહે. શિક્ષકો—ગુરુઓ—ઉપર પણ જવાબદારી ઓછી નથી.

તમારો બાલક કોઈ બાલક તરફ વધારે ખેંચાતો હોય તો ધ્યાન રાખજો.

વીસ વર્ષની આયુ સુધી બાલકોને નાટક—સિનેમા—નાચ વગેરેથી એકદમ આઘા રાખો. જેમ મરીમસાલા વિનાના શાકભાજી સાવ મોળાં લાગે છે, તેજ પ્રમાણે પ્રેમશૃંગારનાં દૃશ્ય, અભિનય, કે સંગીત વિનાનાં નાટક—સિનેમા પણ સાવ જ લુકખાં—દમ વગરનાં—આજના જનસમાજને દેખાય છે. આજે એક પણ એવું નાટક, કે સિનેમાનું ચિત્રપટ મળવું મુશ્કેલ છે, કે જેમાં બાલકોના હૃદયમાં સુપ્ત રહેલા

આજનાં નાટક—સિનેમાથી તમારા બાલકને દૂર જ રાખજો.

કામભાવને જાગ્રત્ કરે એવાં તત્ત્વો ન હોય. શું માતાપિતા એમ માને છે, કે પોતાનો એક કિશોર કે કુમાર બાળક નાટક–સિનેમા જોવા જાય છે ત્યારે જેવો હોય છે તેવો જ જોયા પછી તે શું પાછો ફરે છે? ના, ના; એમ માનતા હો તો ભૂલી જજો. નાટક–સિનેમાના બજારમાંથી કામભાવને પોષણ મળે એવો થોડો ઘણો માલ તે જરૂર જ સાથે બાંધતો આવે છે. આજનાં નાટક અને સિનેમાનાં ચિત્રપટ જોવા માટે બાળકને મોકલી પછી માતાપિતા શું એમ ઇચ્છે છે કે અમારો બાળક નિર્વિકાર રહે? અમારા બાળકમાં કોઇ કુચેષ્ટા આવવા ન પામે?' અમારો બાળક સાવ કોરો રહે? અરે, ઓ ભોળા માતાપિતાઓ! જો એમ સમજતા હો, તો તમે આ દુનિઆમાં નહિ પણ કોઇ જુદી જ દુનિયામાં વસો છો.

માતાપિતા તેમ જ શિક્ષકો સદા સાવધાન રહેવા છતાં પણ કદાચ્ એક યુવકમાં કામવાસનાનો સિંહ જાગી ઉઠે, અને કોઇ દુષ્કૃત્ય તે કરી બેસે, તો તેને મારવો કે ધમકાવવો ન જોઇએ. એનાથી કાંઈ પણ લાભ નહિ થાય. એને તો એ જાગેલા સિંહની સામે લડવા માટે ઉત્સાહિત કરવાની જરૂર છે. પિતા અથવા ગુરુએ એને એકાંતમાં બોલાવી પ્રેમપૂર્વક એ વિષયમાં ઉત્તમ ઉપદેશ આપી સમજાવવાની જરૂર છે. પ્રેમપૂર્વક સમજાવવાથી યુવક પોતાની હરકત પોતાની મેળે જ કહી દે છે. તે વખતે પિતા અથવા ગુરુએ તેના શત્રુથી તેને બચાવી લેવાને જે રીતે બને તે રીતે મદદ કરવી જોઇએ.

કદાચ્ બાળક ફસાયો તો તેને પ્રેમથી ઉપદેશ આપો.

પ્રકરણ ૧૨ મું.

પત્ની–વ્યભિચાર.

નર અને નારીતત્ત્વ વગરની અમિબાની એકલિંગી ઉત્પત્તિ.

આપણે પાછળ જોઈ ગયા છીએ, કે ‘અમિબા’ની શરીર–રચનામાં લિંગભેગ (એટલે નર અને નારીતત્ત્વ) જેવું હોતું નથી. તેની ઉત્પત્તિ અને વૃદ્ધિમાં નરતત્ત્વ કે માદાતત્ત્વનું કારણ હોતું નથી. તેના શરીરના ભાગ પડતા જાય છે, અને નવા નવા અમિબા બનતા જાય છે. તેમાં નર કે નારીતત્ત્વ જેવું મુદ્દલે હોતું નથી. તેઓ એકમાંથી અનેક ઉત્પન્ન થાય છે. તેમાં કોઈ નવીન તત્ત્વ આવતું જ નથી, અને તેથી તેમાં કોઇ જાતનો ફેરફાર પણ જોવામાં આવતો નથી. અમિબાનું મૃત્યુ થતું જ નથી. તેના શરીરના ભાગ–વિભાગ નિરંતર થયા જ કરે છે, અને એ રીતે તેની જાતિની વૃદ્ધિ થતી રહે છે. સૃષ્ટિના આદિ કાળથી તેના શરીરની ભાગ–વિભાગ થવાની ક્રિયા ચાલુ છે, અને સૃષ્ટિના અંતપર્યંત તે એમ ને એમ ચાલુ રહેશે. એટલે કે અમિબા સૃષ્ટિના અંતપર્યંત એકમાંથી અનેકમાં વહેંચાતો જઇ જીવિત રહેશે,

તેનું મૃત્યુ નથી. અમિબાની આ પ્રકારની ઉત્પત્તિને એકલિંગી ઉત્પત્તિ (એસેક્ષુઅલ જનરેશન) કહી શકાય છે.

પ્રાણીઓની શરીર રચનામાં પરિવર્તન અને વિકાસ શા કારણથી દેખાય છે?

સૃષ્ટિની શરૂઆતથી તે આજ સુધી જો કુદરત એકલિંગી ઉત્પત્તિ પ્રમાણે તેનું કાર્ય કર્યા કરત તો પ્રાણીઓની રચનામાં જે પરિવર્તન અને વિકાસ દેખાય છે તે જોવામાં મુદ્દલ ન આવત. પરન્તુ કુદરતે એકલિંગી ઉત્પત્તિ કરવાનો પોતાનો જુનો સિદ્ધાન્ત બદલી નાખી નવી રીતે ઉત્પત્તિ કરવા માંડી. એ નવી રીત, તે નરતત્ત્વ અને માદ-તત્ત્વના સંયોગીકરણની છે. એ ઉત્પત્તિ દ્વિલિંગી (સેક્ષુઅલ અથવા બાઈ પેરેન્ટલ જનરેશન) કહેવાય છે. પ્રાણી–રચનામાં નરતત્ત્વ અને માદાતત્ત્વ બંને કામ કરે છે. અમિબાની પેઠે મૂળ એક તત્ત્વનો અર્ધો અર્ધો ભાગ અલગ બનીને કામ થતું નથી. બે જુદા જુદા ગુણધર્મસ્વભાવયુક્ત તત્ત્વો ભેગાં મળે છે, અને તેથી અનેક નવીન ગુણધર્મયુક્ત શરીરો ઉત્પન્ન થાય છે. એ શરીરો જો કે પોતાનું આયુષ્ય પૂરૂં કરી નાશ પામે છે, પરન્તુ એના ગુણધર્મ નાશ ન પામતાં એ બંને તત્ત્વો (વીર્યકણ અને રજઃકણ) દ્વારા અમર બની જાય છે.

વીર્યકણ અને રજઃકણના સંયોગમાં જે નિયમ કામ કરે છે, તે જ નિયમ મનુષ્ય–શરીરોમાં પણ કામ કરે છે. બે મૂળ ઉત્પાદક તત્ત્વો ‘ પુરુષ ’ અને ‘ સ્ત્રી ’ છે. એ તત્ત્વોના સંયોગને ‘ વિવાહ ’ અથવા ‘ લગ્ન ’ કહેવામાં આવે છે. વીર્યકણ અને રજઃકણનું પરસ્પરનું જે સ્વાભાવિક આકર્ષણ છે, તે જ પુરુષ–સ્ત્રીનાં જીવનમાં ‘ પ્રેમ ’ છે. જેવી રીતે એ

વીર્યકણ અને રજ:-કણ વચ્ચેનું જે સ્વાભાવિક આકર્ષણ તેજ માનવ જીવનમાં 'પ્રેમ' છે.

બંને ઉત્પાદક તત્ત્વોના સંયોગથી એક નવજીવનની શરૂઆત થાય છે, તે જ રીતે દંપતીના પરસ્પરના પ્રેમથી જ ગૃહસ્થાશ્રમ ચાલે છે. એ બંને પરસ્પર વિરોધી ગુણ-ધર્મયુક્ત તત્ત્વોના સંયોગથી જ પ્રાણીઓના જીવનમાં નવીનતા આવે છે. તે જ પ્રમાણે સમાજના સંગઠનમાં પુરુષ અને સ્ત્રી બંનેના સહયોગથી જ માનવસમાજનો વિકાસ થઈ શકે છે.

પ્રેમ અને વિષયભોગ વચ્ચે તો ભારે શત્રુતા છે, તે બન્ને મિત્રો નથી.

પુરુષ સ્ત્રી તરફ ખેંચાય છે, અને સ્ત્રી પુરુષ તરફ ખેંચાય છે, એ અનુભવ વિશ્વવ્યાપી છે. એમાં કાંઇ ખરાબ નથી, એ સૃષ્ટિનો એક નિયમ જ છે. એ વિના સૃષ્ટિ ચાલી જ શકતી નથી. એટલા માટે ધર્મશાસ્ત્રોએ લગ્નની આજ્ઞા આપી છે.

વિવાહ એક બન્ધન છે, પરન્તુ જ્યાં સુધી એ બન્ધનમાં પ્રેમના તન્તુ ઓતપ્રોત છે, ત્યાં સુધી એ બંધન એ બંધન નથી, પરન્તુ મોક્ષથી પણ અધિક છે. પ્રેમ એક આગ છે. ભોળા ગૃહસ્થીઓ નથી સમજતા કે એ આગને કેવી રીતે સળગતી રાખવી. તેઓ તો પતંગીઆની માફક એ આગમાં પોતાના પ્રાણ સમર્પણ કરી દેવાનું જ ફક્ત જાણે છે. લગ્ન પછી સ્ત્રી-પુરુષ બંને કામાગ્નિને પ્રચંડ બનાવી તેમાં કૂદી પડે છે. તેઓ એટલું નથી જાણતા, કે આગના પ્રચંડ સ્વરૂપ પછી તે શાન્ત પડે છે, થોડા જ વખતમાં રાખનો ઢગલો થઇ જાય છે. એ સત્ય છે, કે સ્ત્રી અને પુરુષ બંને એક બીજાના ભૂખ્યા

હોય છે, પરન્તુ આ પણ એટલું જ સત્ય છે, કે ભૂખ્યો હંમેશાં વધારે ખાય છે. વધારે ખાનારની પાચનશક્તિ બગડી જાય છે, અને પછી ભૂખ લાગવાની દવાઓ તે ખાવા માંડે છે. દવાઓથી નકલી ભૂખ લાગે છે, પરન્તુ એવા નકલી ભૂખથી કોણ કેટલો વખત જીવી શકે છે? વધારે ખાવાથી થોડા દિવસમાં ખાવાનું જ સાવ મુશ્કેલ થઇ પડે છે. વિષયભોગમાં ઘસડાઇ જનારાઓ પણ પછી એ વિષયભોગને યોગ્ય રહી શકતા નથી. ભૂખનો સૌથી મોટો શત્રુ વધારે ખોરાક છે. પ્રેમનો સૌથી મોટો શત્રુ વિષય-ભોગની અધિકતા છે. ભૂખ્યાને સૌથી પ્રથમ ગ્રાસ (કોળીઆ)માં જે આનંદ આવે છે, એવો જ આનંદ નવદંપતીને વિષયમાં આવે છે. ભૂખ્યાને વધારે ખાવાથી અપચન થઈ જાય છે; નવું જોડું પણ સંયમ તોડીને વિષયમાં લિપ્ત થઇ જવાથી પછી ઠંડુ પડી જાય છે. એક બીજા તરફ શરૂઆતમાં વિશેષ આકર્ષાતા, પરન્તુ પછીથી ઠંડા પડી જતા સ્ત્રી–પુરુષોની જો ગણના કરવામાં આવે તો સહેજે માલમ પડશે, કે પ્રેમની વિષય–ભોગ સાથે કેટલી દુશ્મનાવટ છે.

વિવાહ રૂપી ગાડીને બરાબર ચલાવવા માટે તેની ધરીમાં પ્રેમ રૂપી તેલ હંમેશ પડતું રહેવું જોઇએ. એમ ન થાય, તો
ધરી અને પૈડામાં વિરોધી ઘર્ષણ પેદા
મૂર્ખ દંપતી માને છે, થાય, અને ગાડી રસ્તામાં જ ઊભી
કે વિષયભોગથી જ રહે. મૂર્ખ દંપતી એમ માને છે, કે
ગૃહસ્થાશ્રમમાં સુખ વિષયભોગથી જ ગૃહસ્થાશ્રમમાં સુખ
ટકી શકે છે. ટકી શકે છે. પરંતુ એમને ખબર નથી,
કે વિષયભોગ તો પ્રેમનું એકદમ
બગડેલું–ગંદામાં ગંદુ–વિકૃત–સ્વરૂપ છે. ખરો પ્રેમ આત્મા સાથે સંબંધ ધરાવે છે. શારીરિક પ્રેમ, એ તો સાચા

આત્મિક પ્રેમની એક છાયામાત્ર છે. જે જાતનું જીવન નવયુવકો લગ્ન પછી ગુજારે છે, તે તોફાનનું જીવન છે. એ તોફાનમાં તેમને આગળ પાછળ કાંઇ દેખાતું નથી; તોફાન શમી ગયા પછી તેમને શ્વાસ લેવાને હવાનું એક મોજું મળવું પણ મુશ્કેલ થઇ પડે છે. શરૂઆતમાં તો પ્રેમનું જાણે પૂર ચઢે છે, પરન્તુ પછી એક ટીપું પણ બચતું નથી. તેઓ એમ કહે છે, કે 'પ્રેમ' વસ્તુ જ એવી છે, પરંતુ એ તેઓની ભૂલ છે. ડૉ. લ્યુથર એચ. ગુલિક પોતાના 'ડાયનેમિક એફ મેનહૂડ' નામના પુસ્તકમાં નવદંપતી અને પ્રેમ એના સંબંધમાં આ પ્રમાણે લખે છે:—

"એ બિલકુલ સંભવિત છે, કે એક પુરુષ એક સ્ત્રીની સાથે વિવાહ કરે, અને જેમ જેમ સમય વ્યતીત થતો જાય તેમ તેમ તેને અનુભવ થવા લાગે કે તેની પત્ની પહેલાંથી પણ ઓર અધિક આકર્ષક થતી જાય છે, કોમળતા અને સૌંદર્ય તેનાં વધતાં જાય છે, અને લતાની પેઠે તેના પ્રેમ—તન્તુઓ પોતાના હૃદયની આસપાસ વિંટાતા જાય છે. તેને અનુભવ થવા લાગે છે, કે સ્ત્રી—પુરુષનું શારીરિક આકર્ષણ જો કે આવશ્યક છે, તોપણ વાસ્તવિક પ્રેમનો આધાર કોઇ ઉચ્ચ વસ્તુ જ છે. તેને પોતાની પત્નીની વાતોમાં આનંદ આવવા લાગે છે. તેનું દૃષ્ટિબિંદુ એક નવીન સૌંદર્યને ઉત્પન્ન કરે છે. તે પોતાની પત્ની માટે કોઇ નવીન વસ્તુ લાવે છે—નવું પુસ્તક લાવે છે—અથવા નવું ચિત્ર લેતો આવે છે, એ બધાંથી એના હૃદયમાં જે વિચાર પહેલાં કદી નહોતા ઉત્પન્ન થતા, એ વિચાર પોતાની પત્નીના મ્હોંએથી સાંભળવાનું સૌભાગ્ય તેને પ્રાપ્ત થાય છે; કેમકે પુરુષ દરેક વસ્તુને પુરુષની દૃષ્ટિથી, અને સ્ત્રી દરેક વસ્તુને સ્ત્રીની

દૃષ્ટિથી, જુએ છે. એ બંનેનો પ્રેમ વધતો જાય છે, પ્રેમના એ સ્વરૂપને સમજનારાઓ થોડા છે—બહુ થોડા છે. મોટે ભાગે તો લોકો વિષયભોગને જ પ્રેમ સમજે છે. પરન્તુ વાસ્તવમાં પ્રેમ એ સંકુચિત વસ્તુ નથી. તે રાત્રિના પાપમય એકાન્તમાં જ નહિ, પરન્તુ ચોવીસે કલાક પ્રગટ થઈ શકે છે, અને એવી જાતનો પ્રેમ જ સદા ટકી શકે છે."

સ્ત્રીના સંતોષ માટે પુરુષની બેવકૂફીભરી માન્યતા.

પુરુષ પોતાની મૂર્ખતાથી એમ માની લે છે, કે સ્ત્રીને સંતોષ કામભાવથી જ થાય છે. તેને જ્ઞાન નથી કે સ્ત્રીની સાથે શું વાત કરવી? તેને ખબર નથી કે સ્ત્રીની સાથે કામવિષયની ચર્ચા સિવાય ચોવીસ કલાક કેમ પસાર કરવા? વળી તે સાથે આજનો આપણો સમાજ પણ એટલો ગંદો છે, કે લગભગ દરેક પુરુષના મગજમાં તેણે ઠસાવી દીધું છે કે સ્ત્રીનો સંતોષ તો કામભાવથી જ થઈ શકે છે. સ્ત્રી માટેના એ ગંદા વિચાર એટલા તો ઘર કરી ગયા છે, કે એક ગૃહસ્થી પોતાની સ્ત્રીની ઇચ્છા શું છે, એ જાણવાની આવશ્યકતા પણ જોતો નથી. બસ, એણે તો એક જ વિચાર મનમાં ઘુસાડી દીધેલો હોય છે, કે સ્ત્રીનો સંતોષ કામભાવથી જ થાય છે. ગૃહસ્થીઓને ખૂદ 'કામ' નું ભૂત જેટલું નથી સતાવતું, તેથી વધારે એ ઘૂસી ગએલા વિચારોનું ભૂત સતાવે છે. 'કામ' થી પ્રેરિત થઇને નહિ, પણ એ ગંદા વિચારથી પ્રેરિત થઇને અવનત થનારાઓની સંખ્યા ઘણી મોટી છે. દરેક ગૃહસ્થીને એ સ્મરણમાં રાખવું જોઇએ, કે વિષયવાસના સ્ત્રીઓમાં હમેશાં નથી હોતી, તે

કોઇક વખતે જાગ્રત્ થાય છે, સ્ત્રીની ઇચ્છા વિના પુરુષે તેને હાથ પણ લગાડવો એ બલાત્કાર છે. અનિયમિત વિષયભોગથી પ્રેમ નષ્ટ થઇ જાય છે. કામ-ચર્ચા સિવાય બીજી વાતોથી પોતાની સ્ત્રી સાથે સમય પસાર કરવાનું પ્રત્યેક ગૃહસ્થીએ જાણવું જોઇએ. જેમ પુરુષ પોતાના મિત્રોની સાથે સમય પસાર કરી શકે છે, તે જ પ્રમાણે પોતાની સ્ત્રીની સાથે તે સમય પસાર કેમ ન કરી શકે? જોઇએ તો સ્ત્રી ભણેલી હોય કે અભણ હોય, પરન્તુ દરેક ગૃહસ્થીએ પોતાની સ્ત્રીની સાથે સમય પસાર કરતાં શીખવું જોઇએ. એવા ઉપાય લેવા જોઇએ, કે જેથી સમય પસાર થઈ શકે. તો જ તેઓમાં સ્થિર પ્રેમ ઉત્પન્ન થઈ શકે છે.

લગ્ન પછી શરૂઆતમાં પુરુષનું વ્યભિચારમય જીવન.

વિષયમાં લિપ્ત થઇ જવાથી પુરુષને છેવટે એ વિષય ઉપરથી જ હાથ ઉઠાવી લેવો પડે છે. પરિણામે સ્ત્રી-પુરુષને એક બીજા પર અરુચિ-કંટાળો-પેદા થાય છે; કોઇ કોઇ વખત ઘૃણા પણ ઉત્પન્ન થઇ આવે છે; અને જીવન શૂન્ય, આત્મહીન થઈ જાય છે. વિવાહ-બંધનમાં પડતાં પહેલાં પ્રત્યેક દંપતીને ડો. કેવનના નીચેના શબ્દો અવશ્ય વાંચવા જેવાં છે:—

"વિવાહ થયા પછી પુરુષ અને સ્ત્રી વિષયભોગના કાદવમાં અંદર ઉતરતા જાય છે. લગ્નના શરૂઆતના દિવસો તો માનો કે નિત્યના વ્યભિચારના જ દિવસો હોય છે. એ દિવસોમાં એવું જોવામાં આવે છે, કે લગ્ન જેવી પવિત્ર અને ઉચ્ચ સંસ્થા પણ મનુષ્યને પશુ બનાવવાને માટે જ કેમ જાણે નિર્માણ કરવામાં આવી ન હોય! અય નવવિવાહિત દંપતી!

શું તમે એમ માનો છો, કે એ ઉચિત છે? શું એ પ્રકારે તમારા આત્માનું પતન થતું તમે જોતા નથી? શું લગ્નના પડદાની પાછળ છુપાએલા એ વ્યભિચારથી તમને શાન્તિ, સંતોષ, અને બળ મળી શકે છે? શું એ વ્યભિચારને માટે તમારામાં શુદ્ધ પ્રેમનો પવિત્ર ભાવ ઉત્પન્ન થઇ શકે છે? તમે તમને પોતાને છેતરોમા. વિષય-વાસનામાં એ રીતે પડવાથી તમારાં શરીર અને આત્મા બંનેનું પતન થાય છે. અને પ્રેમ! પ્રેમને માટે તો તમે લખી જ રાખો, કે સંયમહીન જીવન ગુજારનારાઓમાં એ હોઇ શકતો જ નથી. લગ્ન પછીના શરૂઆતના સમયમાં લોકો વિષયના પૂરમાં આંખ મીચીને કૂદી પડે છે, એ તરફ કોઇ ધ્યાન જ આપતું નથી. પરન્તુ એ આંધળાપણાથી પતિ-પત્નીનું ભવિષ્ય-તેમનાં આનન્દ, બળ, પ્રેમ વગેરે-જોખમમાં આવી પડે છે. વ્યભિચારમય જીવનથી કદી પણ પ્રેમ ઉપજતો નથી. સંયમને તોડવાથી પરિણામે સદા ઘૃણા ઉત્પન્ન થાય છે; અને જેમ જેમ જીવનમાં સંયમહીનતા વધતી જાય છે, તેમ તેમ પતિ-પત્નીનાં હૃદય એક બીજાથી દૂર થતાં જાય છે. પ્રત્યેક સ્ત્રી-પુરુષે એ વાત બરાબર સમજી લેવી જોઇએ, કે વિવાહિત બનીને વિષયવાસનાના શિકાર બનવું, એ શરીર, મન અને આત્માને માટે વ્યભિચારના જેટલું જ ઘાતક છે. સ્ત્રી-પુરુષના પરસ્પરના રતિભાવને માટે સ્ત્રીની સ્વાભાવિક ઇચ્છા હોવી આવશ્યક છે; અને એવી ઇચ્છા ઋતુધર્મ (મન્થલી કોર્સ) પછી જ થોડા વખત સુધી હોય છે, પછી નહિ. ઋતુધર્મ પછી પ્રત્યેક સ્વસ્થ-નીરોગ-સ્ત્રીને ઇચ્છા ઉદ્ભવે છે. યદિ તે કોઇ પ્રકારે પોતાની ઇચ્છા વ્યક્ત કરે, તો તે વખતે પુરુષનો સ્ત્રી-સંગ થવો ઉચિત છે, અન્યથા નહિ, બિલકુલ નહિ. એથી ઉલટું જો પતિ પોતાની ઇચ્છા

અથવા કલ્પિત ઇચ્છા પૂર્ણ કરવાનો પોતાનો વૈવાહિક અધિકાર સમજે, અને સ્ત્રી ફક્ત પતિના ડરથી તેની ઇચ્છાને માન આપે, તો તેનું પરિણામ પુરુષના મસ્તિષ્ક (મગજ) પર એવું થાય છે, કે જેવું હસ્તમૈથુનથી થવા પામે છે.”

લગ્ન પછી પુરુષ માને છે, કે તેને વ્યભિચારનો પરવાનો મળી ગયો.

‘લગ્ન’ અને ‘વ્યભિચાર’–તે પણ ‘પત્ની વ્યભિચાર’! આ શબ્દને લખતાં અને બોલતાં પણ શરમ ઉપજે છે. પરન્તુ અફસોસ! એ શબ્દો સાચા છે–તદ્દન સાચા છે! લગ્ન કરીને તો પુરુષ એમ સમજે છે, કે તેને વ્યભિચારને માટે સદર કાયદેસર હક્ક મળી ગયો—પછી રાત દિવસ તે ગમે તે કરે તેને કોણ પૂછનાર છે? પરન્તુ તે અક્કલહીણા ભોપાઓ સમજતા નથી, કે સંયમહીન જીવન, પછી ભલે તે લગ્ન કરીને કે લગ્ન કર્યા વિના ગુજારવામાં આવે, તોપણ તે બંને અવસ્થામાં કુદરતના નિયમોની આગળ તો વ્યભિચાર જ છે. કુદરતની વડી અદાલતમાં જ્યારે એ વ્યભિચારનો મુકર્દમો દાખલ થશે, ત્યારે લગ્ન કરીને સમાજ પાસેથી વ્યભિચારની કાયદેસર છૂટ મેળવી લેવાનો બચાવ કુદરતની કઠોર શિક્ષામાંથી છોડાવી શકશે નહિ.

ઇચ્છા નહિ છતાં પણ પત્ની–સંગ કરવો, એ હસ્તમૈથુન જેટલું જ, અરે તેથી પણ ખરાબ છે. હસ્તમૈથુનમાં તો પુરુષ ફક્ત પોતાનો જ નાશ કરે છે, પરન્તુ પત્ની–વ્યભિચારમાં તો તે એવું પાપકર્મ કરે છે, કે જેથી તે પોતાનો વિનાશ કરે છે, અને સાથે સાથે નિર્દયતાપૂર્વક પોતાની પત્નીનો પણ વિનાશ કરે છે. જીવનસહચરી પોતાની પત્નીને વિષયવાસનાની તૃપ્તિનું

એક સાધન માત્ર સમજવું, એ દુનિઆમાં સૌથી મોટું પાપ છે; અને સ્ત્રીની સાથે કરવામાં આવેલો સૌથી મોટો અન્યાય છે. હસ્તમૈથુન એ પાપ છે, વેશ્યાગમન પણ પાપ છે, પરન્તુ જે પતિ પોતાની પત્નીની ઇચ્છા વગર તેના પર બલાત્કાર કરે છે તે સૌથી મહા પાપ છે. લગ્ન જેવી પવિત્ર સંસ્થાની આડ નીચે એ મહાપાતક પોષાય છે, અને તેથી તેનાં પરિણામ પણ એવાં જ ભયંકર આવે છે.

સમાજમાં આજે સ્ત્રીએ પુરુષની ફક્ત વાસનાતૃપ્તિનું જ સાધન ગણાય છે.

ગૃહસ્થી પુરુષ જાણી જોઇને સંયમ તોડે છે તેનાથી તે કેવી રીતે બચી શકે? બચવાનો ઉપાય સરળ છે, અને તે એ જ કે સ્ત્રીને પશુ ન સમજતાં મનુષ્ય સમજવામાં આવે; જે રીતે જગતમાં બનતી અનેક ઘટનાઓમાં પુરુષ રસ લે છે, તે જ પ્રમાણે સ્ત્રીને પણ તેમાં રસ લેતી કરવામાં આવે; અને સ્ત્રી એ પુરુષની દરેક રીતે સમાન છે. પુરુષનું સાધનમાત્ર છે એમ ગણવામાં ન આવે, તો સંયમ આપોઆપ આવી જાય. સમાજમાં આજ સ્ત્રીઓનું સ્થાન પુરુષના જીવનમાં તેની કામ–વાસના તૃપ્ત કરવા સિવાય બીજું કંઇ પણ નથી. સ્ત્રીની સમીપ જતાં જ પુરુષના દીલમાં કામ–ભાવ સિવાય બીજો કશો વિચાર આવી શકતો નથી. જો સ્ત્રી અને પુરુષ કોઈ એક વિષય પર સાથે બેસીને વાતચીત જ કરી શકતા નથી, બંનેની પ્રગતિ અલગ અલગ, બંનેની માનસિક રચના અલગ અલગ, બંનેનું ક્ષેત્ર અલગ અલગ, તો પછી એ સ્થિતિમાં તેઓ સાથે મળીને વિષયભોગ સિવાય બીજી કઈ વાત કરી શકે? યદિ તેઓ જીવનની ભિન્ન ભિન્ન ઘટનાઓમાં સમાન ભાગ લઈ

શકે, સાથે કામ કરી શકે, તો સ્ત્રી-પુરુષની એક બીજા તરફ જે સ્વાભાવિક આકાંક્ષા હોય છે તે પૂરી થાય, અને વિષયભોગ એ જ તે બંનેનું એક લેવલ પર-એક સપાટી પર-આવવાનું જે માધ્યમ છે તે ન રહે. દરેક પતિનું એ કર્તવ્ય છે, કે પત્નીની રુચિ પોતાના દૈનિક કાર્યોમાં ઉત્પન્ન કરે, તેમાં જગતની ઘટનાઓ પર વિચાર કરવાની સ્વતંત્ર શક્તિ પેદા કરે, અને તેને સમાજનું એક અંગ બનાવવાની મહેનત કરે. જો એમ નહિ કરવામાં આવે, અને સ્ત્રીને પડદાની જ એક ચીજ સમજવામાં આવશે, તેને પોતાનું પંખી-બુલબુલ બનાવી તેની સાથે ખેલતી વખતે જ તેને પિંજરામાંથી બહાર કાઢવામાં આવશે, તો ગૃહસ્થ એ પાપનો જ એક ખાડો બનતો જશે, કે જેવો આજ કાલ તે બની રહ્યો છે.

સ્ત્રી માટે માની લીધેલા જુઠ્ઠા વિચારોનું ભૂત પુરુષને વિષયભોગ તરફ વધારે ઘસડી જાય છે.

વિષયભોગમાં વધારે ફસાવાનું કારણ સમાજમાં આજકાલ ફેલાએલા જુઠ્ઠા-ગંદા વિચારો પણ છે. દરેક ગૃહસ્થીને તેના મિત્રો એમ સમજાવે છે, કે સ્ત્રી કામભાવને પસંદ કરે છે. આ જુઠ્ઠી-ગંદી-વાત સિવાય સ્ત્રી માટે નથી તેને બીજો કોઇ ખ્યાલ આવતો, કે નથી તેને બીજું કાંઇ કહેવામાં આવતું. તેના મનમાં એવું ભૂત ભરાઇ જાય છે, કે જો સ્ત્રી માટે મેં આ કાંઇ ન કર્યું, તો સ્ત્રી મને નપુંસક (નામર્દ) ગણશે-મારા તરફ ઘૃણા બતાવશે. તેને તેના મિત્રો તરફથી એવું જ બતાવવામાં આવે છે, કે સ્ત્રી માટે પુરુષનું પુરુષત્વ એમાં જ સમાએલું છે-બીજા કશામાં નથી! ઉપર

કહેવામાં આવ્યું છે એ પ્રમાણે એ હલકા વિચારોનું ભૂત પુરુષને વિષયભોગ તરફ જેટલું ઘસડી જાય છે, તેટલું ખુદ 'કામ'નું ભૂત તેને ઘસડી જતું નથી. એવો કોણ પુરુષ છે, કે જેના પર ખુદ 'કામ'નું જ ભૂત સદા સવાર થએલું હોય છે? અને એવો કોણ પુરુષ છે, કે જે આ ગંદા અને વિનાશકારી વિચારોને લીધે પોતાના પર કામના ભૂતને સવાર નથી કરી લેતો? સ્ત્રીને માટે આવી જાતની માન્યતા રાખવી, એ તેની આધ્યાત્મિકતાનો તિરસ્કાર કરવા સમાન છે. સ્ત્રી અને પુરુષ બંનેએ એ સમજી લેવું જોઇએ, કે 'કામ' નું ભૂત નથી પુરુષ પર હમેશાં સવાર રહેતું, કે નથી સ્ત્રી પર. ભુંડા-ગંદા-ફેલાએલા વિચારોથી જ સ્ત્રી-પુરુષ બંને એ ભૂતના શિકાર બની રહ્યા છે, અને એક બીજાની આત્મિક ઉન્નતિમાં સહાયક થવાને બદલે એક બીજાને અવનત કરવામાં જ આગળ વધી વધીને પોતાના હાથ લંબાવી રહ્યા છે!

પ્રકરણ ૧૩ મું.

વેશ્યા-વ્યભિચાર.

લગ્ન-સંબંધ સિવાય સ્ત્રી-પુરુષ વચ્ચેનો સંબંધ એ વ્યભિચાર કહેવાય છે. આત્મ-વ્યભિચાર અને પત્ની-વ્યભિચારની પેઠે આ વ્યભિચારથી પણ મનુષ્યનું આત્મપતન થાય છે. મનુષ્ય જાણી જોઇને વિનાશની ખાડમાં પડે છે.

આજ આપણો સમાજ કુત્સિત વાસનાની દુર્ગન્ધના રૌરવ નરકમાં પડીને સડી રહ્યો છે. સ્ત્રીને પોતાની કામક્રીડાનું એક રમકડું માત્ર સમજે છે—પુરુષ જ્યારે ચાહે ત્યારે તેની સાથે ખેલે છે. ભોગ અને લાલસાની વેદી પર સ્ત્રીની પવિત્રતાનું બલિદાન નિત્ય ચઢાવવામાં આવે છે. સ્ત્રી પ્રત્યેના ઉચ્ચ વિચારને ઉપહાસની એક વસ્તુ સમજવામાં આવે છે. પાશ્ચાત્ય પ્રજામાં સ્ત્રી-જાતિ પ્રત્યે સમ્માન જરૂર છે, સ્ત્રીનું મહત્ત્વ પુરુષની સમાન ગણવામાં આવતું જાય છે, તોપણ શું પશ્ચિમમાં કે પૂર્વમાં કોઇ

> **સમસ્ત સ્ત્રી-સમાજનું ઘોર અપમાન કરવા બદલ પુરુષ-જગત્ ભારે અપરાધી છે.**

પણ ઠેકાણે સમાજને માથે જ્યાં સુધી વેશ્યા—વૃત્તિનું કલંક ચઢેલું છે, ત્યાં સુધી સઘળો પુરુષ સમાજ પતિત જ સમજવો, સમસ્ત સ્ત્રી—સમાજના ઘોર અપમાનનો ભારે અપરાધી સમજવો. હીંદમાં આજ ૫ લાખથી પણ વધારે વેશ્યાઓ ભર બજાર વચ્ચે પોતાનાં શરીર અને સૌન્દર્યનાં વિક્રય કરી રહી છે, અને તેમાંથી લગભગ પોણા અબજ રૂપીઆ જેટલી આવક તેઓ મેળવે છે! "**न स्वैरो स्वैरिणी कुतः**"? નો સાભિમાન ઉદ્‌ઘોષ કરનાર અશ્વપતિના દેશની આજ આ દુર્દશા છે!

સમાજના જુલ્મ એક સ્ત્રીને વેશ્યા બનવાની ફરજ પાડે છે.

સ્ત્રીઓની આ પ્રકારની પતિત અવસ્થાની શરૂઆત ક્યાંથી થાય છે? એની શરૂઆત થાય છે સમાજમાં સ્ત્રીઓ પર ગુજારવામાં આવતા જુલ્મોમાંથી! કોઇ નરપિશાચ બલાત્કારથી પણ કોઇ અબળાનું શિયળ ખંડિત કરે છે, તો પછી સમાજમાંથી એ નિર્દોષ અબળાને ધક્કા મારીને બહાર કાઢી મૂકવામાં આવે છે. જ્યારે બીજી તરફ એ પાપી—નરાધમ—તો પહેલાની પેઠે જ નિર્ભયપણે પોતાના પૈસાના જોરથી સમાજની છાતી પર ફર્યા કરે છે! એ અબળા પછી શું કરે? શું ખાય? શું પહેરે? ક્યાં રહે? આફતથી ઘણી ઘણી સતાવવામાં આવેલી—દુઃખની મારી—સમાજના અન્યાયી અત્યાચારોથી પીડિત બનીને આખરે તે મુંઝાઇ જાય છે, તેને રસ્તો કોઇ દેખાતો નથી, લજ્જાના આવરણને પછી તે એક બાજુએ મૂકી દે છે, કેમકે સમાજ તેને એમ કરવાની જ ફરજ પાડે છે—સમાજ એને એમ જ કહે છે—કે 'તારે માટે એ જ રસ્તો છે, બીજું

કોઇ સ્થાન તારે માટે નથી '! અનુભવ એને એમ શીખવે છે, કે જે લોકો માગવાથી એક પૈસો પણ આપતા નથી, તે નરાધમો પોતાની પાશવિક કામપિપાસાની તૃપ્તિને માટે પોતાના ખજાના લુટાવી દે છે! તે બાલકા, કે જે કોઇ ઘરનું એક આભૂષણ બનત, પુત્ર–રત્નોની એક માતા બનત, તે સમાજના તિરસ્કાર અને અપમાનો ખમી ખમીને ભર બજારમાં પોતાનું શરીર વેચવાને અંતે બેસે છે. કેમ જાણે એ ઘૃણિતમાં ઘૃણિત કૃત્યો આચરીને જુલ્મી સમાજનું છડેચોક ઉપહાસ કરતી ન હોય!

વૈધવ્યનું એકાંત સેવતી વિધવાઓપર પુરુષો પોતાની જાળ બિછાવી વ્યભિચાર ફેલાવે છે.

હિંદમાં વેશ્યાવૃત્તિ એ વિધવાઓની દિન પર દિન વધતી જતી સંખ્યા સાથે ઘણો ઘનિષ્ટ સંબંધ ધરાવે છે. દુર્ભાગી હિંદમાં વિધવાઓની સંખ્યા ૨॥ કરોડથી પણ વધારે છે. જો હિંદમાં સ્ત્રીઓની સંખ્યા ૧૫ કરોડની માનવામાં આવે, તો દર ૬ સ્ત્રીએ ૧ સ્ત્રી વિધવા છે. આયુષ્યની દરેક પળ દુરાચારમાં ગાળવાનો જેમણે પરવાનો લઇ લીધો છે, એવા વિષયાસક્તો પણ એ વિધવાઓ, કે જેમાંની હજારોએ તો પોતાના પતિનું મ્હોં પણ જોએલું હોતું નથી, તેમને માટે એવી ઇચ્છા રાખે છે, કે તેઓ જીવનપર્યંત બ્રહ્મચારિણી રહે! ધન્ય છે દેવભૂમિ ભારતની વિધવાઓ, કે જેઓ પતિદર્શન થયું હોય કે ન થયું હોય; તોપણ વિધવા બનીને પરપુરુષનો વિચાર પણ મનમાં લાવતી નથી. એ સતીઓના સતીત્વથી જ હિંદ ભૂમિમાં આજ સુધી પણ કાંઇક દમ છે. વિધવાઓને વૈધવ્યની એ જેલ આપીને પણ જો પુરુષો તેમના તરફ કુદષ્ટિએ જોતા ન હોત, તેમને

સંતાવતા ન હોત, તેમની પાસે પ્રલોભનો મૂકતા ન હોત, તો તો એ બિચારીઓ તેમના વૈધવ્ય-ધર્મથી ભ્રષ્ટ ન થાત, પરન્તુ એક તરફ જેલ અને બીજી તરફ પુરુષોની તેમને જાળમાં સપડાવાની પાપી દાનત, ત્યાં પછી વ્યભિચાર ફેલાવા સિવાય બીજું પરિણામ શું હોઇ શકે?

સમાજ પોતાને હાથેજ વ્યભિચાર-પાપનાં બીજ વાવે છે.

આ સિવાય વિધવાઓ સાથે સમાજનો વર્તાવ પણ કેવા પ્રકારનો છે? એક સમૃદ્ધ પુરુષની સ્ત્રી, કે જે પતિના જીવિત સમયમાં ઘરની રાણી જેવી હોય છે, આખા ઘર પર રાજ ચલાવે છે, તે પતિનું મૃત્યુ થતાં જ ઘરમાં દાસીથી પણ હલકી બની જાય છે. જેને ખાવાપીવાની કોઈ કમી ન હતી, તેને પછી રોટલીનાં સાંસાં પડી જાય છે. સમાજનો એ નિર્દય—અન્યાયી—ઘૃણિત—વ્યવહાર, અને પેટનો ખાડો પૂરવાની મુશ્કેલી, આ બે પ્રકારની વિટંબણાથી ઉગરવાને યદિ કોઇ વિધવા પોતાના વૈધવ્ય-ધર્મથી પતિત થઇ જાય, તો તેનો દોષ-તેનો અપરાધ-એ વિધવાને માથે નહિ, પણ દયા અને હૃદયહીણ સમાજને માથે છે. જ્યાં સુધી એક વિધવા એ વિધવા હોય છે, ત્યાં સુધી સમાજમાં તેને અપમાનિત જીવન સાથે ટુકડો રોટલો પણ મોંઘો થઇ પડે છે, પરન્તુ જ્યારે એ પતિત બને છે-વૈધવ્યધર્મને ફગાવી દે છે-ત્યારે પછી એ જ સમાજ તેનું પોષણ કરવાને તૈયાર થાય છે! શું આ સમાજને હાથે થતું ઘોર પાપ નથી? શું એ પાપની જવાબદારી સમાજને માથે નથી?

સમાજમાં ચોતરફથી હેરાન-પરેશાન થએલી-ચોતરફથી

તિરસ્કારાએલી-સ્ત્રીઓ જ આવા અધમ કૃત્ય તરફ વળી જાય છે. એ પોતાના પાપી પેટની ખાતર જ એ નરકમાં કૂદી પડે છે. સમાજ પોતાનો વ્યવહાર બદલવા કરતાં એ પાપને પોષવું વધારે પસંદ કરે છે; અને તેથી જ એ પાપ પોષાઈ રહ્યું છે; નહિ તો એવી કોઈ પણ વેશ્યા નહિ નીકળે કે જેને પોતાના ધંધા તરફ તિરસ્કાર ન હોય. 'ચાંદ'ના વેશ્યા અંકમાં તેના યોગ્ય સંપાદક લખે છે, કે "એક યુવતી વેશ્યાએ અમારા પર એક પત્ર લખ્યો હતો, જેનો આશય આ પ્રમાણે છેઃ-શું આપ એમ માનો છો, કે અનેક પુરુષોની સાથે શયન કરવામાં અમને બિલ્કુલ દુઃખ થતું નથી? અમને પણ હૃદય છે, અને એ હૃદયમાં એક પ્રકારની તીવ્ર પિપાસા છે. શું એ પિપાસા અમારાં આ પતિત જીવનથી તૃપ્ત થઇ શકતી હશે? અમે તો પૈસાથી ખરીદી શકાય એવી 'કામ'ની મૂર્તિઓ માત્ર છીએ. અમારાં જીવન સળગતાં અગ્નિકુંડ સમાન છે."

સમાજ પોતાનો વ્યવહાર બદલવા કરતાં વેશ્યાવૃત્તિને પોષવી વધારે પસંદ કરે છે.

વેશ્યાવૃત્તિનું પરિણામ કેવું આવે છે, એનું એક જાજ્વલ્યમાન ચિત્ર ડૉ. ફૂટ આ પ્રમાણે આલેખે છેઃ—

"કલ્પના કરો કે એક માણુસ એક એવી જગા પર ઉભો છે, કે જ્યાંથી બધા લોકો આવતા જતા હોય. ત્યાં ઉભો રહી પછી એ માણુસ એમ જાહેર કરે, કે મને જો પૈસા મળે તો તમે જેવું ખાવાનું આપશો તેવું હું ખાધા કરીશ. પછી કલ્પના કરો, કે અનેક ચલિત મનના નવયુવાનો એ માણુસની મૂર્ખતાના વખાણ કરતા કરતા

ડૉ. ફૂટના શબ્દોમાં વેશ્યાવૃત્તિનું પરિણામ.

તેને ખાવાનું લાવી લાવીને આપવા લાગ્યા. એક માણસ એવી ચીજ લાવ્યો, કે જે એ માણસને પસંદ પડે છે, થોડા એવું ખાવાનું લાવ્યા, કે જે ખાતાં જ તેને ઉલટી થાય છે; અને ઘણા એવું ખાવાનું લાવ્યા, કે જે પચાવવાની તેનામાં મુદ્દલ શક્તિ નથી. તેના પેટ પર આ અત્યાચાર દિવસો, મહીનાઓ, અને વર્ષો સુધી ધારો કે ચાલુ રહ્યો. દુનિઆમાં એવો કોણ માણુસ હશે, કે જેનું પેટ આ પ્રકારના અત્યાચારથી દર્દોનું ઘર ન બની જાય? ખાવામાં થોડી ઘણી અનિયામતતા થતાં જ જો પેટ ખરાબ થઈ જાય છે, તો આ ચિત્ર આલેખવામાં આવેલા માણુસને કેવી કેવી જાતનાં દર્દો લાગુ પડે એની કલ્પના વાંચનારે જ કરી લેવી. આ જ પ્રમાણે ઉત્પાદક અવયવોને માટે પણ સમજવાનું છે. ઉત્પાદક અવયવોની રચના તો પેટના અવયવો કરતાં પણ વધારે નાજુક છે; અને એનો જો દુરુપયોગ કરવામાં આવે, તો એનું પરિણામ એવું ભયંકર આવે—એથી એવી એવી જાતનાં ત્રાસજનક દર્દો પેદા થાય—કે જેનું વર્ણન કરી શકાય નહિ. અધિક વિષયાસક્તિથી જ પ્રદર, ગર્ભસ્રાવ, આદિ અનેક ઉપદ્રવ ઉત્પન્ન થાય છે; અને તેમાંય જે સ્રી પૈસા લઇને કોઇને પણ પોતાની પાસે આવવા દે છે, નથી જોતી રાત, નથી જોતી દિવસ, તે જેને ચાહતી ન હોય, અથવા જેના તરફ ભારે ઘૃણા હોય, એ સર્વને પોતાની પાસે આવવા દે છે, તેના તો ગુહ્ય અંગો વિષથી એટલાં બધાં ભરાઈ જાય છે, કે જે કોઇ માણુસ તેનો સંસર્ગ કરે છે, તે એ વિષનો ભોગ જરૂર જ થઇ પડે છે.”

રાત્રિના એકાન્તમાં વેશ્યાના મકાન તરફ જતા યુવકોને

વેશ્યાના મકાનમાં દાખલ થએલો યુવક પોતાની સાથે વિષજન્તુઓની ગાંસડી બાંધતો આવે છે.

એ સ્મરણમાં રહે, કે ‘બધી વેશ્યાઓ કોઈ નહિ ને કોઈ વખત રોગમાં જરૂર સપડાય છે, અને કેટલીક વેશ્યા તો હંમેશ રોગમાં સપડાએલી જ રહે છે.’ વેશ્યાઓથી જે દર્દો સમાજમાં ફેલાય છે, તે ઘણા જ ભયાનક છે. પ્લેગ અને કોલેરાના જન્તુઓને ફેલાવનાર ઉંદર અને માખીઓની પેઠે વેશ્યાઓ પણ ભયંકર ચેપી દર્દોની વાહક છે. પ્રો. ટાર્નોસ્કી કહે છે, કે એક વેશ્યાએ ૧૦ મહીનામાં ૩૦૦ પુરુષોને ચાંદી—પરમીઆ (સિફિલિસ)નો ચેપ લગાડી દીધો. એ પુરુષો પછી પોતાનું એ દર્દ પોતાની જેટલી સંતતિને વારસામાં આપે, અને એ વારસામાં ઉતરેલા દર્દથી પછી જેટલી સ્ત્રી અને જેટલા પુરુષમાં એનો નવો ચેપ લાગે, એનો જો હિસાબ કરીએ તો લક્ષમાં આવી શકશે, કે વેશ્યાવૃત્તિ કરનારી સ્ત્રીઓ સમાજને માટે કેટલી બધી ઘાતક છે ! વેશ્યાના મકાનમાં દાખલ થઇને એક યુવક પોતાની સાથે વિષમય જન્તુઓની ગાંસડી બાંધતો આવે છે, અને એ ગાંસડી પછી ઘેર આવીને પોતાની નિષ્કલંક પત્નીના શરીરમાં ખાલી કરે છે ! એ મૂર્ખ યુવકને ખબર નથી હોતી, કે રાત્રિના અંધકારમાં છુપાઇને કરેલાં પાપ સૌની સામે મૂર્તિમંત બની એક વખત જરૂર પ્રકટ થશે, અને એ યુવકના વિનાશનો ઘંટનાદ જાહેરમાં વગાડશે. એટલે સુધી કે તેની કેટલીક પેઢીઓ સુધી એ ઘંટનાદ વાગતો રહેશે. એ પુરુષ પોતે રોગપીડિત થઇ જાય છે, તેનું પાપ તેની બિચારી નિર્દોષ પત્નીને ભોગવવું પડે છે, અને તેની સંતતિ પણ જન્મતાંની સાથે જ એ રોગના પાપને લઇને જન્મે છે ! કુદરતના નિયમોમેં

જેઓ ઠોકરે મારે છે, તેમને કુદરત જ્યારે શિક્ષા કરે છે, ત્યારે તે ભયંકર રૂપ ધારણ કરે છે, અને એ વિકરાલ રૂપમાં જ ચલિત થનારાઓને બચવાનો ઇશારો તે કુદરતી બાબ છે.

વેશ્યાવૃત્તિ એ ખાસ કરીને આર્થિક મુશ્કેલી, અને સ્ત્રીઓ તરફ સમાજના દુર્વ્યવહારનું એક પરિણામ છે.

વેશ્યાવૃત્તિનાં કારણો. જ્યાં સુધી વેશ્યાવૃત્તિનો ઉદ્દેશ આર્થિક હોય છે, ત્યાં સુધી તે ખુલ્લા બજારમાં થાય છે, કેમકે વેપારીને બજારની જરૂર પડે છે. પરન્તુ જ્યારે એનો ઉદ્દેશ આર્થિક નથી હોતો, ત્યારે એ વૃત્તિ છુપાએલી રહે છે—જાહેરમાં દેખાતી નથી.

લગભગ દરેક શહેરના મોટા માણસોને માટે વાતો ચાલતી હોય છે, કે 'આ તેને ત્યાં જાય છે' 'તેણી ફલાણાને ત્યાં જાય છે,' આ વાતોમાં જ્યાં અસત્યનો ભાગ હોય છે, ત્યાં સત્યનો ભાગ પણ ઓછો નથી હોતો. જ્યારે પરસ્પર વિરુદ્ધ ગુણધર્મસ્વભાવના સ્ત્રી પુરુષોને વિવાહ—બંધનમાં જકડી લેવામાં આવે છે, ત્યારે પછી થોડા જ વખતમાં એ બંનેની આંખો ખુલી જાય છે. જ્યાં છૂટાછેડા થઈ શકે છે, ત્યાં પતિ પત્ની કોર્ટ કે જ્ઞાતિમહાજનનો આશ્રય લઇ છૂટા થઈ જાય છે, અને જ્યાં છૂટાછેડા (તલાક)નો રિવાજ નથી—એક વખત થએલી ભૂલ જીવનપર્યંત ભોગવવી પડે છે, ત્યાં પછી છુપા રસ્તા નીકળે છે.

હિંદમાં સંતાનના લગ્ન કરી દેવા એ માતાપિતા એક ધાર્મિક કૃત્ય સમજે છે. પરન્તુ એ ધાર્મિક કૃત્ય કરીને તેઓ જે બે આત્માઓને જીવનભરને માટે સાથે જોડવાની જોખમ-

સારી લે છે, તેમની વચ્ચે સમાનતા કેટલી છે એ જોવાની તેઓ આવશ્યકતા જ વિચારતા નથી.

ફક્ત માતાપિતાને જ હસ્તક ચાલતી આજની લગ્ન-પ્રથાનું પરિણામ.

નાતજાત તેઓ જુએ છે, ખાનદાની તપાસે છે, પરન્તુ ઉભય વચ્ચે સ્વભાવની અનુકૂલતા અને યોગ્યતા કેટલી છે, એ જોવાનું આવશ્યક તેઓને લાગતું જ નથી. આના કરતાં બીજું વધારે દુઃખભરેલું શું હોઇ શકે, કે લગ્ન જેવી પરમ મહત્ત્વની ઘટના, કે જે જીવનમાં એક જ વખત આવે છે, જેના પર માનવજીવનનું ભવિષ્ય નિર્ભર છે, તે બસ એમ જ, વાત-વાતમાં થઇ જાય છે અને, જેમનો એની સાથે સૌથી વિશેષ સંબંધ છે તેમને એક અક્ષરે પણ પૂછવામાં આવતો નથી! માતાપિતા અંદર અંદર જ બધું નક્કી કરી લે છે, કેમ જાણે એ છોકરા-છોકરીના નહિ પણ માતાપિતાના જ લગ્ન ન થતા હોય!

આ સ્થિતિને પરિણામે મોટે ભાગે ગૃહસ્થાશ્રમમાં પતિ-પત્ની વચ્ચે અશાન્તિ ઉભી થાય છે, તેઓ પોતાનો ગૃહસ્થાશ્રમનો સીધો માર્ગ છોડી આડેઅવળે માર્ગે ચાલવા લાગે છે. આ દુર્વ્યવસ્થા અટકાવવાને માટે પ્રાચીન કાળમાં 'સ્વયંવર' થતો હતો. તેમાં માતાપિતાની દેખરેખ નીચે, તેમના છત્ર નીચે, તેમની અનુમતિથી, કન્યા વરને પસંદ કરતી, અને વર કન્યાનો સ્વીકાર કરતો. એ પ્રથાનો પુનઃ પ્રચાર થવો જોઇએ. દેશની આર્થિક સ્થિતિને સુધારવાથી, વિધવાઓ સાથે થતો દુર્વ્યવહાર અટકાવવાથી, તેમ જ ગુણકર્મ અનુસાર વિવાહ-પ્રણાલી ચલાવવાથી જ વેશ્યાવૃત્તિના પ્રશ્નનો ઉકેલ આણી શકાય એમ છે.

પ્રકરણ ૧૪ મું.

સ્વપ્ન—દોષ.

(Discharge)

સ્વપ્ન દોષ એ અસ્વાભાવિક જીવનનું એક પરિણામ છે. એ અસ્વાભાવિક જીવનને પાછળના એક પ્રકરણમાં જણાવવા પ્રમાણે બે વિભાગમાં વહેંચી શકાય છે— જાણી જોઈને સંયમ તોડવો તે, અને અજાણતાં સંયમ ટૂટી જવો તે.

સ્વપ્ન-દોષ એ રોગ છે.

જાણી જોઇને સંયમહીન જીવન ગુજારવાના મુખ્યતઃ ત્રણ પ્રકાર છે. એ ત્રણે પ્રકાર, આત્મ-વ્યભિચાર (હસ્તમૈથુન), પત્ની—વ્યભિચાર અને વેશ્યાવ્યભિચાર, એમનું પાછલાં પ્રકરણોમાં વર્ણન કરવામાં આવેલું છે.

અજાણતાં સંયમ ટૂટી જવો, એ ખાસ કરીને સ્વપ્ન-

દશામાં થાય છે, અને તેથી તેને ચાલુ ભાષામાં 'સ્વપ્નદોષ' કહેવામાં આવે છે.

પાછલાં પ્રકરણોમાં વર્ણવેલાં પાપ એ મનુષ્યની જાગ્રત્ દશાનાં પાપ છે, એને માણસ જાણી જોઇને કરે છે, એનાથી તે બચવા ધારે તો બચી શકે છે, અને એટલા જ માટે એ 'પાપ' છે. પરન્તુ સ્વપ્ન—દોષ તો ઉંઘમાં સૂતા સૂતા થઇ જાય છે; પોતાની ઇચ્છા ન હોવા છતાં પણ થઇ જાય છે, કોઈ કોઇ વખત એને અટકાવવાની પ્રબળ ઇચ્છા હોવા છતાં પણ થઇ જાય છે, અને એટલા માટે એ 'પાપ' નહિ પણ એક પ્રકારનો 'રોગ' છે.

સ્વપ્ન—દોષ એટલે સૂતી વખતે ઊંઘમાં વીર્યસ્રાવ થઈ જવો તે. આ વિષયમાં ઘણો મતભેદ જોવામાં આવે છે.

સ્વપ્ન—દોષના સ્વાભાવિક કે અસ્વાભાવિકપણા માટે જુદા જુદા મતભેદ.

કેટલાકનું કથન છે, કે જો એ અથવા ત્રણ અઠવાડીઆમાં એક વખત સ્વપ્ન-દોષ થઇ જાય તો તેથી કાંઇ નુકસાન નથી. ભલે અઠવાડીએ એક વાર થાય કે બે વાર થાય, પરન્તુ જો સ્વપ્ન દોષ થયા પછી માથામાં જરા પણ બેચેની કે દર્દ ન થાય—જડતા વગેરે ન આવે, તે મનુષ્ય-શરીરને માટે સ્વાભાવિક છે. એથી ઉલટું જો સ્વપ્ન—દોષ પછી પુરુષ પોતાનામાં થાક, અશક્તિ, કે માથામાં થોડા પણ દર્દનો અનુભવ કરે, એ સ્વપ્ન—દોષ, પછી ભલે અઠવાડીએ તો શું પણ મહીને—ચાર મહીને તે થતો હોય, તોપણ તે અસ્વાભાવિક છે—રોગસૂચક છે. કેટલાક લોકોનું કથન વળી એવું છે, કે સ્વપ્ન—દોષ ભલે કોઇ પણ

પ્રકારે કેમ ન થાય—જીવનમાં ફક્ત એક વખત જ ભલે કેમ ન થાય, પરન્તુ એ અસ્વાભાવિક છે—રોગસૂચક છે. સ્વાભાવિકતા એમાં નથી—કોઇ પ્રકારે નથી !

જો મળમૂત્રનું પણ એમ ને એમ અજાણતાં નીકળી જવું રોગ—સૂચક છે, તો વીર્ય જેવી વસ્તુનું એમ ને એમ નીકળી જવું રોગ—સૂચક કેમ નહિ ?

ઉપરના વિચારોમાં છેલ્લો વિચાર જ વધારે યોગ્ય છે. પ્રકૃતિ—કુદરત—કોઈ ઉપયોગી ભાગની બરબાદી કદી પણ કરતી નથી; અને તેથી જીવનના પરમ ઉપયોગી સાર—ભાગ વીર્યને તે એમ ને એમ લૂટાવી દે—કાઢી નાખે—એ બનવા જોગ નથી. પ્રાણીનું શરીર કાંઇ અટકળથી બન્યું નથી. જે નિરુપયોગી—વિજાતીય પદાર્થોની બિલકુલ આવશ્યક્તા હોતી નથી, તેને પણ બહાર કાઢવાને કુદરતે અમુક ચોક્કસ રસ્તાઓ નિર્માણ કર્યા છે, એટલા માટે કે જ્યારે મરજી પડે ત્યારે તેને બહાર કાઢી શકાય. મળસ્થાન અને મૂત્રાશયમાં મળ—મૂત્ર સંચિત થયા કરે છે, અને પ્રાણી પોતાની અનુકૂળતા પ્રમાણે તેને બહાર કાઢે છે. યદિ કોઈ સમજુ બાળકને બેઠા બેઠા વગર જાણે પિશાબ થઇ જાય, અથવા પથારીમાં પડયા પડયા વગર જાણે ઝાડો થઈ જાય, તો આપણે સમજી શકીએ છીએ કે એને કોઈ પણ જાતની બિમારી લાગુ પડેલી છે. એને મટાડવાના આપણે ઉપાય લઇએ છીએ. જો મળ—મૂત્ર પણ એમ ને એમ અજાણતાં નીકળતાં નથી, તો વીર્ય જેવું અમૂલ્ય તત્ત્વ સૂતા કે જાગતા કોઇ પણ વખતે અજાણતાં નીકળી જાય, એ શું કોઇ પણ પ્રકારે સ્વાભાવિક હોઈ શકે ખરૂં ? મળ—મૂત્રને તો

વેગ હોય છે; એ વેગને રોકવો કઠિન હોય છે, તોપણ જો એનું એમ ને એમ બહાર નીકળી જવું રોગ ગણાય છે, તો પછી વીર્ય, કે જેમાં પુરુષ જ્યાં સુધી વિષયના પૂરમાં પોતે તણાતો નથી ત્યાં સુધી વેગ હોતો નથી, તે વસ્તુ એમ ને એમ નીકળી જાય, તો એ બિમારી નહિ તો બીજું શું? ખરેખર, મુડદાંને ચીરનારાઓ જીવિત શરીરના સંબંધમાં કશું પણ જાણતા નથી, નહિ તો 'સ્વપ્ન-દોષ એ અમુક વખતે થાય તો સ્વાભાવિક છે—કુદરતી છે—એમ કહેવાનું સાહસ કોઇ પણ ડૉકટર કદી પણ કરત નહિ.

કોઇ વાર સ્વપ્ન-દોષ પછી શરીરમાં બેચેની, થાક વગેરે દેખાતાં નથી એનું કારણ શું?

આ સ્થળે એ પ્રશ્ન થાય છે, કે કેટલીક વાર સ્વપ્ન-દોષ પછી માથામાં બેચેની કે દર્દ, શરીરમાં થાક, જડતા આદિ દેખાતાં નથી, એટલું જ નહિ પરન્તુ કેટલાક લોકોને તો શરીર ઉલટું હલકું થયું હોય એવો ભાસ થાય છે, બેચેની દૂર થઇ હોય એવું લાગે છે, એનું કારણ શું?

શરીર—શાસ્ત્રનો પ્રત્યેક વિદ્યાર્થી એ જાણતો હોવો જ જોઇએ, કે શરીરમાં એક આશ્ચર્યજનક જીવન-શક્તિ કામ કરી રહી છે, કે જે શરીરના કોઇ પણ ઘા કે રોગને પોતાની મેળે ઘટાડવાનો પ્રયત્ન કર્યા કરે છે. ઔષધિઓનું કામ તો એ જીવન-શક્તિના કાર્યમાં ફક્ત મદદ કરવા સિવાય બીજું કંઈ પણ હોતું નથી. હૃષ્ટ-પુષ્ટ માણસોના શરીરના કોઇ ભાગમાંથી રુધિર વહેવા લાગે છે, પરન્તુ તેમ છતાં એમને ખબર પણ હોતી નથી કે ચોટ ક્યારે વાગી છે. કોઇ કોઇ વખત તો માણસ પોતાના શરીર પરના ઘા પર અંદરથી નીકળેલું લોહી સૂકાઇને ચોટી ગએલું જોઇ આશ્ચર્ય પામે છે; કેમકે એમને ખબર જ નથી હોતી કે એ ઘા ક્યારે થયો હોય

છે. શરીરની જીવન-શક્તિ માણુસને ખબર પડે એ પહેલાં જ ઘાને મટાડી દે છે.

લાંબા વખતને અંતરે અંતરે થતા સ્વપ્ન-દોષથી પણુ એ જ પ્રકારે શરીરમાં કામ થાય છે. એમાં સ્વપ્ન-દોષથી જે થોડી સરખી હાનિ થયેલી હોય છે, તેની પૂર્તિ એટલે કે તેની ભરપાઈ શરીરની જીવન-શક્તિ સપાટાબંધ કરી નાંખે છે, અને તેથી માણુસ પોતાને નુકસાન જ નથી થયું એમ માને છે. પરન્તુ માણુસની એમાં મૂર્ખતા છે. ખરી વાત એ છે, કે એમાં હાનિ પહોંચે છે—અવશ્ય પહોંચે છે, પરન્તુ વિશ્વની વિનાશક શક્તિપર રચનાત્મક શક્તિ વિજય મેળવે છે. વીર્યના એક બિન્દુનું પણુ બહાર નીકળવું શરીરને માટે હાનિકારક છે. પરન્તુ જ્યાં સુધી એ હાનિ થોડા પ્રમાણુમાં હોય છે, ત્યાં સુધી શરીરની જીવન-શક્તિ પોતાની મેળે એની પૂર્તિ તરત જ કરી લે છે, અને થાક-અશક્તિ-બેચેની એ વગેરે રૂપે હાનિ આપણુને પ્રત્યક્ષ માલમ પડતી નથી. સ્વપ્નદોષ, કે જેમાં અજાણુતાં વીર્યનાશ થઈ જાય છે, તે અસ્વાભાવિક છે, અને શરીરની રોગ-દશા સૂચવે છે. તેમાં સ્વાભાવિકતા કે સ્વસ્થતા મુદ્દલ પણુ નથી. પછી ભલે એ સ્વપ્ન-દોષ વારંવાર થતો હોય કે કોઈક વખત જ થતો હોય, તેમ જ થાક-અશક્તિ આદિ દેખાતા હોય કે ન દેખાતા હોય!

કેટલાક માણુસો સ્વપ્નદોષ પછી શરીરને ઉલટું હલકું-થાકરહિત અનુભવે છે, એ શું ખરૂં છે?

સ્વપ્ન-દોષથી કેટલાક માણુસો બેચેની દૂર થએલી-શરીર હલકું બનેલું-એવો અનુભવ કરે છે. આનું પણુ ખાસ કારણુ છે. સ્વસ્થ પુરુષ સ્વપ્ન-દોષ પછી કોઈ શારીરિક નુકસાનનો અનુભવ ન કરે, તો એ ઉપર લખવા પ્રમાણે સંભવિત છે, પરન્તુ તે એનાથી ઉલટી બેચેની દૂર થએલી-શરીર હલકું

બનેલું—એવો અનુભવ કરે, તો તો એ સર્વથા અસંભવ છે—મહા અસંભવ છે !

હા, કોઇ એવો અસ્વસ્થ—એવો વિષયપ્રિય—પુરુષ કે જેણે શારીરિક કે માનસિક અપવિત્રતાથી પોતાની અંદર કામભાવને ઉત્તેજિત કરી મૂક્યો હોય, જેણે ગંદા વિચારો મનમાં લાવી લાવીને જ્ઞાનતન્તુઓને ઉશ્કેરી મૂક્યા હોય, જે મનોવિકારોમાં એકદમ અશાન્ત બની ગયો હોય, પરન્તુ કોઇ પણ રીતે પોતાની કામવાસનાને તૃપ્ત ન કરી શક્યો હોય, એવો પુરુષ જ સ્વપ્ન-દોષ પછી બેચેની દૂર થયાનો અનુભવ કરી શકે છે; અને એ બરોબર પણ છે. કારણ કે કૃત્રિમ ઉપાયોથી કામ—તન્તુઓને ઉત્તેજિત કરીને તેમાં જે બેચેની પેદા કરવામાં આવે છે, તે એ રીતે દૂર થઇ શકે છે. જો કામ—ભાવની ગરમી પેદા કરવામાં આવી તો પછી તેનો નિકાસ કોઇ નહિ ને કોઈ રીતે થવો જ જોઇએ, ભલે પછી એ વિકાસ અજાણતાં થાય, કે જાણી જોઇને થાય. જો એમ ન થાય, તો આખી જ્ઞાનતન્તુ—વ્યવસ્થા (નર્વસ સિસ્ટમ) અસ્તવ્યસ્ત થઇ જાય.

પણ પ્રશ્ન એ છે, કે શું એ પ્રકારે બેચેની ખરેખર દૂર થઇ શકે છે ખરી ? ના, ના, કદી નહિ. એ રીતે થોડી ક્ષણોને માટે બેચેની દૂર થઇ બમણી ઊલટી અને ત્રણ ગણા જોસથી પાછી એ ઊભી થાય છે; અને એ થોડી મિનિટોના બેચેન અને દિવાના આદમીને આખા જીવનભરનો બેચેન અને જીવનભરનો દિવાનો બનાવી દે છે. કારણ કે શક્તિ-હીનતાની બેચેની એ સૌથી મોટી બેચેની છે. સ્વપ્ન—દોષથી કોઇની બેચેની દૂર થઇ જાય છે,

સ્વપ્નદોષથી બેચેની દૂર થાય છે, એ થોડા બેવકૂફોએ ચલાવેલો એક વ્હેમ છે.

એ સમજો કે થોડા ભેજફૂરોએ ચલાવેલો એક વહેમ છે. એનાથી બેચેની દૂર થતી નથી–વધે છે !

સ્વપ્ન-દોષ એ શરીરની એક રોગી દશા છે.

સ્વપ્ન-દોષનું શરીરના સ્વાભાવિક વિકાસમાં એક ક્ષણભરને માટે પણ સ્થાન નથી. સ્વપ્ન-દોષ એ શરીરની એક રોગી દશા છે. આ શબ્દો વાંચી કેટલાક યુવાનો કદાચ્ ચોંકી ઉઠશે, અને પૂછશે, કે 'ત્યારે શું સંસારમાં એવો કોઇ પણ પુરુષ નીકળશે ખરો, કે જેને જીવનમાં એક પણ વખત સ્વપ્ન-દોષ ન થયો હોય'? આ પ્રશ્નનો એ ઉત્તર આપી શકાય કે, 'જો એવો પુરુષ સંસાર પર કદાચ્ નથી, તો જરૂર તે સંભવી તો શકે છે, અને કદાચ્ કોઇ પુરુષ સંસારમાં પૂર્ણ સ્વસ્થ છે, તો તે પુરુષ જરૂર એવો જ છે.' આ ઉત્તર એકદમ સાંક્ષપ્ત છે, અને તેથી તેને વધારે સ્પષ્ટ સમજાવવાને એ જરૂરનું છે, કે કોઇ પૂર્ણ સ્વસ્થ પુરુષના સ્વાભાવિક વિકાસનું એક આખું કલ્પના-ચિત્ર અહીં આલેખવું, અને પછી જોવું, કે શરીર-વિકાસમાં સ્વપ્ન-દોષનું કોઇ સ્થાન છે કે નહિ.

એક આદર્શ બાળકની કલ્પના. તેની નિર્દોષ કુમાર-અવસ્થા.

કલ્પના કરો કે એક સાત વર્ષનો બાળક છે, અને તે પૈતૃક (બાપદાદાથી વારસામાં ઉતરતા) કુ-સંસ્કારોથી સર્વથા મુક્ત છે, પવિત્ર અને શુદ્ધ વાતાવરણમાં ઉછરે છે. તે તામસિક-રાજસિક ભોજનથી દૂર રહે છે, શરીર તથા મનને પવિત્ર રાખે છે, સારાઓના સંગમાં રહે છે, અને બ્રહ્મચર્યના સર્વ નિયમોનું વિધિ-પૂર્વક પાલન કરે છે. એવા બાલકને, કે જે આજની કલુષિત સભ્યતાના સંસર્ગથી સર્વથા દૂર છે,

તેને તેના જીવનમાં એક પણ વખત સ્વપ્ન–દોષ થશે નહિ, કુદરતની રચના જ એવી છે–ઇશ્વરનું વિધાન જ એવું છે, એ માર્ગથી એક અણુ માત્ર પણ વિચલિત થનારને કુદરતના નિયમોનો ભંગ કરવા બદ્દલ કઠોર શિક્ષા કરવામાં આવે છે. અહીં આલેખવામાં આવેલો બાલક એ આપણા કલ્પના–જગત્‌નો એક આદર્શ બાલક છે. તે મનમાં કુવિચારનું એક બીજ પણ પડવા દેશે નહિ, અને તેથી અઢારે વર્ષની ઉમ્મરે કુમાર–અવસ્થા આવી ગયા છતાં પણ તેને કામ–વાસનાનો કશો અનુભવ પણ નહિ થાય. તેનાં શરીરની રચનામાં એ ઉમ્મરે વીર્યનો ફક્ત અન્તઃસ્રાવ (ઇન્ટરનલ સિક્રિશન) જ થયા કરતો હશે, અને એ અન્તઃસ્રાવ અંદરને અંદર જ તેના શરીરમાં ખપી જતો હશે. તેનું વીર્યાશય (સૅમિનલ વેસિકલ્સ) હજી સુધી ખાલી જ હશે, તેને અજાણતાં કે જાણતાં કોઇ પણ પ્રકારના વીર્યસ્રાવનો ખ્યાલ જ નહિ હોય, તે એ બાબતથી સાવ અજાણ્યો જ હશે.

કુમાર–અવસ્થા પછી તે બાળક જ્યારે લગભગ પચ્ચીસ વર્ષની ઉમ્મરે પહોંચશે–યુવક બનશે, ત્યારે બહિઃસ્રાવ (એક્સટરનલ સિક્રિશન) પોતાની મેળે
વીર્યાશયમાં વીર્ય- પ્રકટ થઇને વીર્યાશયને ભરવા માંડશે.
જન્તુઓની કુદરતી પચ્ચીસ વર્ષની ઉમ્મરે બહિઃસ્રાવ
ગતિથી જ્યારે કામ- પ્રકટ થવો, એ એના શરીરના સ્વા-
ભાવ પેદા થાય, ત્યારે ભાવિક વિકાસનું એક પરિણામ હશે.
એ સાચો–કુદરતી– એ બહિઃસ્રાવ (એક્સટરનલ સિક્રિ-
કામભાવ છે. શન) પેદા કરવા માટે તેને માનસિક
ઉત્તેજનાની જરૂર નહિ પડે. એ ઉમ્મરે
બહિઃસ્રાવનું પ્રકટ થવું એટલું સ્વાભાવિક છે, કે જેટલું સ્વા-

ભાવિક એક ફળનું ઝાડ૫રથી પૂરેપૂરી રીતે પાક્યા પછી આપો-આપ નીચે પતન થઇ જાય છે. આજ સુધી જે શારીરિક વૃદ્ધિ–વિકાસ એ આદર્શ બાળકમાં થયા, તેનું અવશ્યમ્ભાવી પરિણામ એ બહિઃસ્રાવ છે. આ સ્થળે એ ભૂલવું ન જોઇએ, કે બહિઃસ્રાવ એ અન્તઃસ્રાવનું જ–વીર્યજન્તુઓનું જ–એક બીજું નામ માત્ર છે. વીર્ય–જન્તુઓમાં સ્વાભાવિક ગતિ હોય છે. એ ગતિ આપણે કલ્પેલા પૂર્ણ સ્વસ્થ પુરુષમાં કામ–ભાવ પેદા કરવાનું ભૌતિક કારણ બને છે. વીર્યજન્તુઓની ગતિ એ ભૌતિક ગતિ છે, કામભાવ એ માનસિક ગતિ છે. બંનેનો એક બીજા સાથે કારણ–કાર્ય સંબંધ સ્પષ્ટ છે. વીર્યજન્તુઓની ગતિથી કામભાવ જાગે છે, અને કામભાવથી વીર્યજન્તુઓ ગતિમાં આવે છે. જ્યારે કામ–ભાવ આ રીતે, એટલે કે વીર્યજન્તુઓની ગતિના ભૌતિક કારણથી ઉત્પન્ન થાય છે, ત્યારે તે સ્વાભાવિક હોય છે, વૃદ્ધિ પામતા શરીરની એક આવશ્યક અવસ્થાનો દ્યોતક હોય છે, અને એટલા જ માટે એ આદર્શ હોય છે.

પચ્ચીસ વર્ષની ઉમ્મર પછી એ પુરુષની સામે બે માર્ગ ખુલ્લા થાય છે. જો એ આજન્મ બ્રહ્મચર્ય–જીવન ગાળવા ચાહતો હોય, તો બહિઃસ્રાવને શરીરમાં ખપાવી દેવાના–શોષાવી દેવાના–રહસ્યમય માર્ગનું, કે જે માર્ગને પ્રાચીન પરિભાષામાં 'ઉર્ધ્વરેતા'-નો માર્ગ કહેવામાં આવતો હતો, અને જેનો અભ્યાસ ઋષિઓનાં આશ્રમો–ગુરુકુલોમાં–કરાવવામાં આવતો હતો, તેનું અવલંબન કરવું પડશે; તેમ જ આદિત્ય બ્રહ્મચારીના આદર્શને જીવનમાં ઘટાવવો પડશે. બહિઃસ્રાવ અર્થાત્ વીર્યનો એ ભાગ કે જે વીર્યાશયમાં આવી પહોંચ્યો હોય છે, તેને શરીરમાં ખપાવી લેવો–શોષી લેવો–એ એક વિદ્યા હતી, કે જેનો

અભ્યાસ કોઇ વીરલાઓ જ કરતાં હતા. બહિ:સ્રાવમાં એક નવીન પ્રાણીને ઉત્પન્ન કરવાની શક્તિ છે. યાદિ એ શક્તિને શરીરની અંદર જ ખપાવી દેવામાં આવે, તો તેથી પુરુષના શરીર અને મનમાં પણ નવીન શક્તિ ઉત્પન્ન થઇ શકે છે. બ્રહ્મચર્યનો અર્થ વીર્યની ભૌતિક શક્તિને સાધનાથી આધ્યાત્મિક શક્તિના રૂપમાં બદલી નાખવી એ છે. પ્રાણિ-જગત્‌માં કામભાવ એ એક અત્યંત ઉગ્ર અને ઉત્કટ શક્તિની ધારા છે, કે જેનાથી પ્રાણીઓ પોતાના જેવા એક બીજા પ્રાણીને ઉત્પન્ન કરી શકે છે. પરન્તુ મનુષ્ય પ્રાણીમાં જ્યાં એ પ્રબલ-વેગવતી ધારાને નવીન પ્રાણી ઉત્પન્ન કરવામાં કામે લગાડી શકાય છે, ત્યાં એ જ ધારાને તેની દિશા બદલી તેની અસીમ શક્તિના બળથી આધ્યાત્મિક શક્તિના રૂપમાં પણ ફેરવી શકાય છે. નદીનો ઘોષ એ જળનો વેગ જ છે, પરન્તુ એ જ વેગનું રૂપાન્તર કરી તેમાંથી વિદ્યુત શક્તિનો અસીમ ભંડાર ઉત્પન્ન કરી શકાય છે.

વીર્યાશય જ્યારે ભરાઈ જાય છે, ત્યારે મૈથુન-ઈચ્છા ઉદ્ભવે છે.

બ્રહ્મચર્યના આ માર્ગ સિવાય બીજો માર્ગ પણ પચ્ચીસ વર્ષની ઉમ્મર પછી ખુલ્લો છે. અહીં જેનું ચિત્ર આલેખવામાં આવે છે, તે કાલ્પનિક પુરુષ જો આ જન્મ બ્રહ્મચારી રહેવાનું ન ઇચ્છે, તો તે વિવાહ કરી શકે છે; અને તેમ કરીને તે પોતાની ઉત્પાદક શક્તિનો ઉપયોગ નવીન પ્રાણીને ઉત્પન્ન કરવામાં કરશે. જે પ્રમાણે તેનામાં કામ-ઇચ્છા સ્વાભાવિક રીતે પેદા થાય છે, તે જ પ્રમાણે સ્ત્રી-પ્રસંગની ઇચ્છા પણ તેનામાં કુદરતી રીતે જ નિયમિતપણે થશે. વીર્ય-જન્તુઓની સ્વાભાવિક ગતિથી કુદરતી કામભાવ પેદા થાય

છે. તેજ પ્રમાણે વીર્યાશય પૂરું ભરાઇ ગયા પછી મૈથુન-ઇચ્છા ઉદ્દભવે છે. આપણા કાલ્પનિક પુરુષે કામ-ભાવ પેદા કરવાને પોતાને કદી પણ ઉત્તેજિત કરવાનો પ્રયત્ન કર્યો જ નથી, કામ-ઇચ્છા તો તેનામાં કુદરતના નિયમાનુસાર શરીરની એક ખાસ અવસ્થામાં જ સ્વયમ્ ઉત્પન્ન થશે. કારણ કે વીર્ય-ઉત્પાદક અવયવોને તેણે તેમની સ્વાભાવિક ગતિથી ચાલવા દીધા છે-તેમના પર મનને ઉત્તેજિત કરીને અકુદરતી દબાણ તેણે કર્યું નથી. એ કારણથી તેના શરીરમાં અન્તઃસ્રાવ હંમેશાં ચાલતો જ રહે છે, અને તેથી બહિસ્રાવ પેદા થઇ વીર્યાશય ભરાઇ જવામાં પૂરતો વખત લાગે છે.

વીર્યાશય જલદીથી ક્યારે ભરાઈ જાય છે?

વીર્યાશય જલદીથી ત્યારે જ ભરાય છે, કે જ્યારે પુરુષ કામ-ભાવના વિચારો સેવે છે. એવા વિચારોથી અન્તઃસ્રાવ અટકી પડે છે, અને બહિઃસ્રાવ તરત ચાલુ થઈ વીર્યાશય ભરાવા માંડે છે. પણ એ બરાબર યાદ રાખવું કે તે અન્તઃસ્રાવને ભોગે જ જલદી ભરાય છે. અન્તઃસ્રાવ અટકે છે, એટલે શરીરની વૃદ્ધિ-શરીરના ઘસારાની પૂર્તિનું કામ-એ બધું અટકે છે; અને એ બધું અટક્યું, એટલે શરીર આ દુનિઆ પર ટકે કેટલા દિવસ? પ્રાણી-શરીરનો એ સ્વભાવ છે, કે તેને જે પરિસ્થિતિ ને જે અવસ્થામાં રાખવામાં આવે છે, તે પરિસ્થિતિ ને તે અવસ્થાને અનુકૂળ તે થઇ જાય છે. વીર્ય-ઉત્પાદક અવયવ બહિઃસ્રાવ ઉત્પન્ન કરે છે. જો કોઇને વીર્યાશય જલદી જલદી ભરવું હોય છે, તો વીર્ય-ઉત્પાદક અવયવ બહિઃસ્રાવ જલદીથી પેદા કરવા મંડી જાય છે, અને જો

ઓડેથી એટલે કે દીર્ઘ સમયને અંતરે અંતરે ભરવું હોય છે, તો તે બહિઃસ્રાવ પેદા કરવાનું કામ ધીરે ધીરે કરે છે.

કુદરતી જીવન જીવનાર આદર્શ વ્યક્તિમાં વીર્યાશય ક્યારે ભરાઇ જાય છે?

સ્વાભાવિક જીવન વ્યતીત કરનાર આદર્શ વ્યક્તિને માટે વેદની એ આજ્ઞા છે, કે તે અઢી અથવા ત્રણ વર્ષમાં એક સંતાન ઉત્પન્ન કરે. એવા આદર્શ પુરુષના ઉત્પાદક અવયવ એટલી ધીમી ગતિથી કામ કરે છે, કે તેથી બહિઃ-સ્રાવ બહુ ધીમે ધીમે વહેવા લાગી વીર્યાશય અઢી-ત્રણ વરસે ભરાય છે. વીર્યાશયને ભરાવાનો વખત ઇચ્છા-પૂર્વક વધારી કે ઘટાડી શકાય છે. જલદી જલદી વીર્યાશય ભરાવાનો અર્થ એ છે, કે બહિઃસ્રાવ વારંવાર થાય; અને એ ભૂલી જવું ન જોઇએ, કે બહિઃસ્રાવ જ્યારે પણ થાય છે, ત્યારે તે અંતઃસ્રાવને અટકાવીને જ થાય છે; અને એ અન્તઃસ્રાવનું અટકવું શરીરને માટે કેવું ઘાતક છે એ આપણે ઉપર જોઇ ગયા છીએ. આ કારણથી કુચેષ્ટાઓ અને મલીન વિચારોથી વીર્યાશયને વારંવાર ભરી દેવામાં કોઈ બહાદુરી નથી, બહાદુરી હોય, તો તે કુચેષ્ટાઓ અને ગંદા વિચારોને મૂળમાંથી દૂર કરી બહિઃસ્રાવને ન થવા દેવામાં, અને અન્તઃસ્રાવને એક ક્ષણભરને માટે પણ ન અટકવા દેવામાં છે. આ પ્રમાણે કામભાવ પર પોતાનો કાબુ રાખવો એનું જ નામ ગૃહસ્થ-બ્રહ્મચર્ય છે; અને નિઃસંદેહ એવું બ્રહ્મ-ચર્ય બ્રહ્મચારીના બ્રહ્મચર્યથી પણ વધારે કઠિન છે. ગૃહસ્થીને માટે એ જ 'યોગ' છે—એ જ 'તપ' છે. યોગ એટલે જ 'ચિત્તવૃત્તિનો નિરોધ'. આપણે કલ્પેલી આદર્શ વ્યક્તિ જેવા

માણસો સિવાય બીજાઓ ચિત્તવૃત્તિનો નિરોધ કરી ગૃહસ્થ–બ્રહ્મચર્ય પાળી શકે ખરા ?

કુદરતી-આદર્શ જીવન જીવનાર વ્યક્તિના જીવનમાં સ્વપ્ન-દોષને જરા પણ સ્થાન નથી.

એ સાચું છે, કે આપણે કલ્પેલું ચિત્ર એક આદર્શ વ્યક્તિનું છે. ક્રિયાત્મક જગત્‌માં આવી આદર્શ વ્યક્તિઓ મળવી મુશ્કેલ છે. આપણે અહીં આદર્શ વ્યક્તિનું કલ્પનાચિત્ર એટલા માટે દોર્યું છે, કે આપણે એમ જોઈ શકીએ, કે મનુષ્યના સ્વાભાવિક જીવનમાં–સ્વાભાવિક વિકાસમાં–સ્વપ્નદોષને જરાપણ સ્થાન નથી. કુદરતી જીવન જીવનાર એટલે કે સ્વસ્થ પુરુષના જીવનમાં વીર્ય–નીકાસ ફક્ત એક જ પ્રકારે, અને તે જાગ્રત્ દશામાં ઇચ્છાપૂર્વક જ થઇ શકે છે, અન્યથા કોઇ પણ પ્રકારે નહિ. વીર્યનું અજાણતાં નીકળી જવું એ અસ્વાભાવિક છે–રોગસૂચક છે. પુરુષ જો સ્વસ્થ રહેવા ઇચ્છે, તો જાગ્રત્ દશામાં પણ વીર્ય–નીકાસ ફક્ત ગૃહસ્થ ધર્મમાં જ કરે, અને તે પણ ત્યારે જ, કે જ્યારે કુદરતની માગણી થાય. અસ્વાભાવિક કૃત્રિમ–ઉપાયોથી મનને ઉત્તેજિત કરીને વીર્ય–નીકાસ કરી નાખવો એનું પરિણામ ઘણું ભયંકર છે.

આજનો બાળક પોતાના પૂર્વજોના પાપની ગાંસડી માથે લાધીને અવતરે છે.

પરન્તુ આપણે કાંઇ આદર્શ વ્યક્તિઓની સાથે કામ નથી. આપણે તો એવી વ્યક્તિઓની જીવન–સમસ્યાનો ઉકેલ કરવાનો છે, કે જે વ્યક્તિઓ વંશાનુગત રોગોથી પણ મુક્ત નથી. પરમાત્મા જાણે કે એવી વ્યક્તિઓના માતાપિતા, દાદા–પ્રદાદા, તથા અન્ય પૂર્વજોએ કેવા કેવા રોગોનો સંગ્રહ કર્યો હશે. આજનો બાળક એ બધા પૂર્વજોના પાપની

ગાંસડી માથે બાંધીને પેદા થાય છે. પેદા થયા પછી તેનું પાલન–પોષણ આરોગ્યના નિયમાનુસાર થતું નથી; બાળકના પેટને ઉત્તેજક પદાર્થોથી ભરી દેવામાં કાંઈ બાકી રાખવામાં આવતું નથી. તેને ગંદા વાતાવરણમાં ખુલ્લો છોડી મૂકવામાં આવે છે, આચાર–ભ્રષ્ટ, પતિત સોબતીઓની સાથે તેને કંઇ પણ હરકત વિના ખેલવા દેવામાં આવે છે, ટૂંકામાં કહીએ તો બ્રહ્મચર્યના એકેકે એક નિયમનું ગણી ગણીને ખૂન કરવામાં આવે છે. આવી સડેલી પરિસ્થિતિઓની વચ્ચે ઉછરેલો બાળક ૧૪–૧૫ વર્ષની ઉમ્મરમાં જ સ્વપ્નદોષનો અનુભવ કરવા માંડે તો તેમાં આશ્ચર્ય શું છે!

જે અસ્વાભાવિક જીવનમાં આજના બાળકને ઉછેરવામાં આવે છે, તેથી તેની કામ—પ્રવૃત્તિ એકદમ જાગ્રત્ થઇ જાય

આજનો બાળક તેર–ચૌદ વર્ષની ઉમ્મરમાં જ પોતાનું વીર્યાશય ભરી દે છે. પરિણામે સ્વપ્ન-દોષની પરંપરા લાગુ પડી જાય છે.

કુદરતી જીવન જીવનાર પૂર્ણ સ્વસ્થ પુરુષનાં વીર્યાશય જ્યાં વીસ વર્ષની ઉમ્મરે પણ સાવ ખાલી હોય છે, ત્યાં આજના બાલકોનાં વીર્યાશય તેર–ચૌદ વર્ષની નાની નાની ઉમ્મરમાં જ ઉત્મા-દક અવયવોના બહિઃસ્રાવથી ભરાઇ જાય છે. માગણી જલદી થાય છે, અને નાની ઉમ્મરમાં જ અંડ-ગ્રંથીઓ કામ કરવા મંડી પડે છે. બહિઃસ્રાવ જલદીથી શરૂ થઇ જાય છે. જેમ જેમ માગણી વધતી જાય છે, તેમ તેમ એ સ્રાવ પણ વધતો જાય છે. વીર્યાશય ભરાઇને ખાલી થાય છે, વળી ભરાય છે ને ખાલી થાય છે. બસ, સ્વપ્નદોષની પરંપરા ચાલુ થઇ જાય છે! અઠવાડીઆમાં એક વાર, બે

દિવસે એક વાર, દરરોજ એક વાર, એમ માગણી થવાનું મેં તેને પૂરી કરવાનું ચક્ર આ ભયંકર વેગથી ચાલવા લાગે છે! આ બહિઃસ્રાવ જેટલો વધતો જાય છે, તેટલો જ અન્તઃસ્રાવ ઘટતો જાય છે; કારણ કે નાના બાળકોમાં અન્તઃસ્રાવ એ જ બહિઃસ્રાવના રૂપમાં પ્રકટ થાય છે. એ ઉમ્મરે અન્તઃસ્રાવ શરીરના ચણતર કાર્યમાં વપરાતો હોય છે, એ ચણતર-કાર્ય પડતું મૂકી અન્તઃસ્રાવને બહિઃસ્રાવ રૂપે વીર્યાશયમાં જવું પડે છે. વીર્યાશય ભરાઈ જતાં સ્વપ્નદોષમાં તે નીકળી જાય છે. મોટી ઉમ્મરે જે બહિઃસ્રાવ થાય છે, તે વીર્યજન્તુયુક્ત અન્તઃસ્રાવનું જ એક બીજું નામ માત્ર છે. એ ઉમ્મરે-એ પરિપક્વ ઉમ્મરે-શરીરનું જે ચણતરકાર્ય થવું જોઇએ તે થઇ ચૂકેલું હોય છે. તે વખતે તો શરીરની ક્ષતિપૂર્તિ અર્થે-શરીર નિભાવ અર્થે-અન્તઃસ્રાવ શરીરમાં વપરાય છે. અન્તઃસ્રાવ શરીરમાં બંધ પડી જવાથી જે નુકસાન થાય છે, તે સ્વપ્નદોષના રોગીના ચહેરા પર ખુલ્લું દેખાવા લાગે છે.

હવે આપણે એ જાણવું જોઇએ કે સ્વપ્ન-દોષ થાય છે શાથી? એ થતાં પહેલા પ્રથમ ઉત્તેજના થાય છે, પછી કોઇ કામ વિષયનું સ્વપ્ન આવે છે, અને પછી એ સ્વપ્નમાં વીર્યસ્રાવ થઈ જાય છે. વીર્યસ્રાવ થતાં જ આંખો એકદમ ખુલી જાય છે, આત્મગ્લાનિ, અસમર્થતા, લજ્જા, અને નિઃસારતાના ભાવ ચારે તરફથી ઘેરી વળે છે.

વારંવાર સ્વપ્નદોષનું પરિણામ નપુંસકતા અથવા નામર્દાઈ છે.

સ્વપ્નદોષ થયા પછીની ચિત્તવૃત્તિનું આ એક મનોવૈજ્ઞાનિક પૃથક્કરણ છે. કોઇ કોઇ વખત સ્વપ્નથી ઉત્તેજના થઈ જાય છે! તો કોઇ વખત ઉત્તેજનાથી ખરાબ

સ્વપ્ન આવવા લાગે છે. ઉત્તેજના અને સ્વપ્ન એ બંને વીર્ય-સ્રાવની પહેલાં હોય છે. જો વીર્યસ્રાવ ન થાય તો કાંઇ વધારે હાનિ નથી. પરન્તુ જો ખરાબ સ્વપ્નો વધતાં જ લાગે તો છેવટે સ્વપ્ન-દોષ થયા વિના રહેતો નથી. સ્વપ્નદોષ વારંવાર થવા માંડે તો શરીરની હાલત નાજુક થવાનો વખત આવી પહોંચે છે. વધતા વધતાં આખરે એવી અવસ્થા આવી જાય છે, કે જ્યારે ઉત્તેજના વગર જ વીર્યસ્રાવ થવા લાગે છે—ગંદા વિચાર મનમાં આવતાં જ સ્વપ્ન-દોષ થઇ જાય છે—ઉત્તેજના થવા જ પામતી નથી! વારંવાર ઉત્તેજના થવાનું પરિણામ એ આવે છે, કે છેવટે ઉત્તેજના થતી જ બંધ પડે છે; અને ઉત્તેજના બંધ પડવી એનું નામ શું? એનું નામ જ નપુંસકતા અથવા નામર્દાઇ છે. પરન્તુ આટલેથી જ કાંઈ અટકતું નથી. સ્વપ્ન-દોષના રોગીની સામે આથી પણ વધારે ભયંકર અવસ્થા આવે છે. પછી તો ઊંઘમાં—સ્વપ્નમાં જ નહિ પણ દિવસે જાગ્રત્ દશામાં પણ વીર્યસ્રાવ થઈ જાય છે; અને આખરે એ બિચારો જીવનથી નિરાશ થઇ દુઃખમાં ડુસકાં ભરતાં પોતાના આત્માને પૂછે છે; 'શું મારા મૃત્યુનો ઉપાય કોઈ નથી'?

શરૂઆતમાં સ્વપ્નદોષ થતો જોઇને બાળક 'કિંકર્તવ્યવિમૂઢ' જેવો બની જાય છે. તે જેમ જેમ એને અટકાવવાની મહેનત કરે છે, તેમ તેમ તેને વધતો જતો જોઇને એ ઘણો ગભરાય છે. પછી જ્યારે પોતાનામાં નબળાઈનાં ચિન્હ જોવામાં આવે છે, ત્યારે તો તેની ચિંતા ઘણી વધી પડે છે. તેમાંય જો બાળક સ્વાભાવથી ધાર્મિક વૃત્તિનો હોય અને એમ સમજતો હોય, કે તેણે જાણી જોઇને કોઇ એવું કાર્ય કર્યું

સ્વપ્નદોષ થતો દેખીને ગભરાઓ મા, તેનાં કારણની તપાસ કરો.

નથી, કે જેથી તેને સ્વપ્નદોષ લાગુ પડે; ત્યારે તો તેની ચિંતા હદ વગરની વધી પડે છે. તે નિઃસહાય સ્થિતિમાં બોલી ઉઠે છેઃ મારી સાધાનઓનું શું આ ફળ? મારા વ્રત–ઉપવાસોનો શું આ ફાયદો '? પરન્તુ તેને નિરાશ બનીને હિંમત હારવા કરતાં સ્વપ્નદોષનાં કારણોની તપાસ કરવી જોઇએ. આરોગ્યના નાના નાના નિયમોને તોડવાથી પણ કેટલીક વખત વિષમ પ્રશ્નો ઉભા થઇ જાય છે. આટલા માટે જરૂરનું છે, કે સ્વપ્નદોષનાં કારણો ને તેના ઉપાય વિષે વર્ણન કરવું જોઇએ. હવે પછીના પ્રકરણમાં એનાં કારણો ને ઉપાય વિષે થોડો વિચાર કરવામાં આવેલો છે.

પ્રકરણ ૧૫ મું.

સ્વપ્નદોષનાં કારણ, અને તેના ઉપાય.

આપણે સારી રીતે સમજીએ છીએ કે અજાણતાં વીર્યનાશ થવો એ રોગની અવસ્થા સૂચવે છે. પૂર્ણ સ્વસ્થ—એટલે પૂરેપૂરૂં કુદરતી જીવન જીવનાર પુરુષમાં કુમાર અવસ્થા આવવા છતાં પણ વીર્યાશય ખાલી જ રહેવું જોઇએ; કારણ કે એ અવસ્થામાં શારીરિક અને માનસિક વિકાસને માટે અન્તઃસ્રાવ (એક્સટરનલ સિક્રિશન)ની ઘણી જ આવશ્યકતા હોય છે.

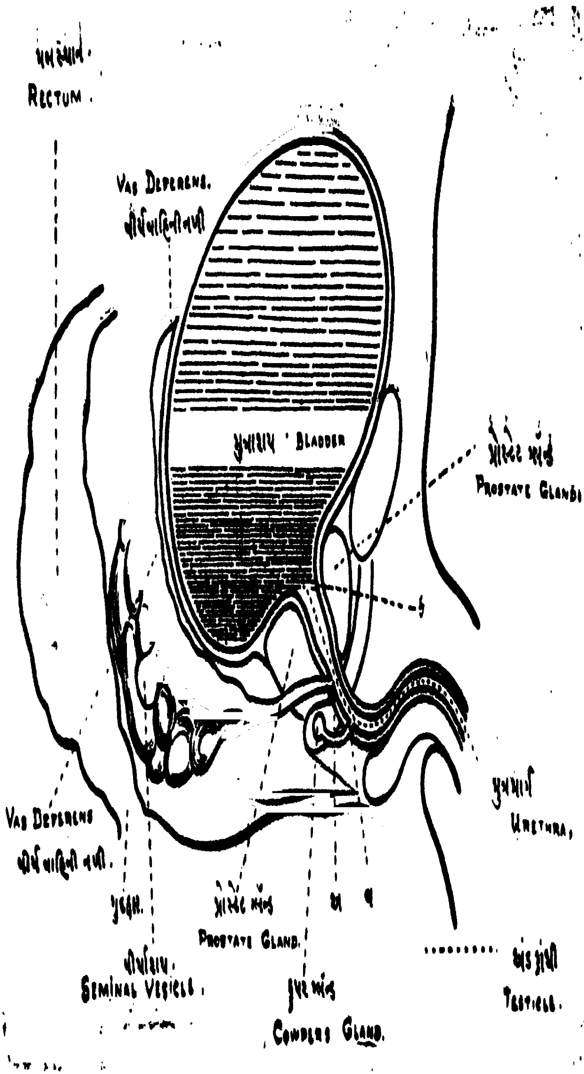
પરન્તુ આપણે અકુદરતી રીતે જીવન વિતાવી રહ્યા છીએ, અને તેથી આજે બાલકોમાં કામભાવની જાગૃતિ નાની ઉમ્મરમાં જ થઇ જાય છે. પરિણામે તેમનાં વીર્યાશયમાં નાની ઉમ્મરથી જ વીર્ય સંચિત થવા લાગે છે, અને એ નાની ઉમ્મરમાં જ તે નષ્ટ પણ થવા માંડે છે. સ્વપ્નદોષનાં ભૌતિક તથા માનસિક એ બે કારણો છે. એ બંને કારણોને જોકે જુદા જુદા કરી શકવા અસંભવ છે, તોપણ વિચારની સુગમતા માટે એ બંને

કારણો સંબંધી જુદો જુદો વિચાર અહીં કરવામાં આવેલો છે. એ કારણોની સાથે તેના ઉપાયનો પણ વિચાર કરેલો છે.

ભૌતિક કારણો અને ઉપાય.

ખોરાકના અપચનમાંથી લાંબે વખતે સ્વપ્નદોષની સંભાવના.

૧. ભોજન. કેટલાક લોકો ખાવાને માટે જ જીવે છે, જે સામે આવ્યું તે પેટમાં જ ભરે છે. ક્ષુધાની શાન્તિ માટે નહિ, પણ જીભના સ્વાદને માટે વારે વારે મ્હોં ચલાવ્યા કરે છે. જે ખાવામાં આવે તે બધું પચી જાય તો તો કાંઈ હરકત નથી, પરન્તુ એમ થતું નથી. ભૂખ કરતાં વિશેષ જે ખવાય છે. ખોરાકનો જે ભાગ નથી પચતો તે પેટમાં સડવા માંડે છે, અને આખી પાચનક્રિયાને બગાડી નાખે છે. પાચન-અવયવો અને જનન-અવયવોની વચ્ચે ઘણો નિકટનો સંબંધ છે. જો પાચન અવયવોમાં સડો પેદા થઇ જલન (એટલે એ અવયવોમાં બળતરા-દાહ-ગરમી) ઉત્પન્ન થાય છે, તો જનન અવયવો તેની અસરથી બચી શકતા નથી. જ્યારે જનન-અવયવોમાં એ જલન થવા લાગે છે, ત્યારે તેનાથી ઉત્તેજના થવા માંડે છે, માણુસની માનસિક અવસ્થા બગડી જાય છે. એ જલનથી જ ઊંઘમાં સ્વપ્ન-દોષ થઇ જાય છે. અપચનથી જનન અવયવોની જે ખરાબ દશા જરા લાંબે રસ્તે થાય છે, તે જ ખરાબ દશા મરચાં-મસાલા-અથાણાં-મિઠાઇ-ચ્હા-કોફી વગેરેથી સીધી રીતે થવા પામે છે. એ વસ્તુઓનો ઉત્પાદક અવયવો પર સીધો પ્રભાવ પડે છે. સંધ્યા સમયે દુકાનમાં વીજળીની રોશનીમાં ગોઠવેલી ભપકાદાર મિઠાઈ જોઇને ક્યા શોખીનના મ્હોંમાં પાણી આવતુ નથી? તરત ખીસાંમાંથી પૈસા


RECTUM.
VAS DEFERENS.
BLADDER
PROSTATE GLAND.
URETHRA.
VAS DEFERENS
PROSTATE GLAND.
SEMINAL VESICLE.
COWPERS GLAND.
TESTICLE.

નીકળે છે. હજારો માખીઓની સૂક્ષ્મ વિષ્ટાઓથી ભરેલા, મેંદાની બનાવટના—મુશ્કેલીથી પચે એવા ખાંડના ટૂકડા પેટમાં પહોંચી જાય છે, અને ઉપરથી સોડાની બૉટલ કે ચ્હાનો પ્યાલો ગટગટાવવામાં આવે છે. એ પંખીને પૂછો: 'શું તેને ભૂખ લાગી હતી?' તે કહેશે: 'ના, ભૂખ તો ન હોતી, પણ મજાની મિઠાઇ જોઇ સ્વાદને ખાતર દીલ લલચાયું'. શું કોઈ એમ માને છે કે આવી રીતે ઉછૃંખલપણે ફરતાં યુવકને કુદરત ક્ષમા કરતી હશે? નહિ, કદાપિ નહિ.

એટલા માટે સ્વપ્ન–દોષથી બચવાને સૌથી પહેલી બાબત એ છે, કે ખોરાક પર ધ્યાન આપવું. દિવસમાં બે વાર નિયમિત વખતે જરૂર જેટલું સાત્વિક: ભોજન લેતાં શીખવું જોઇએ. 'ખાવા ખાતર જીવવું', એ કરતાં 'જીવવા ખાતર ખાવું' જોઇએ. જીભને પૂછવા કરતાં ખાતાં પહેલાં પેટની સલાહ લેવી જોઇએ. આ પ્રકરણમાં જાણી જોઇને જ માંસ–શરાબ જેવા પદાર્થની વાત છેડી નથી. કારણ કે ખાત્રી છે, કે આ પુસ્તકના વાંચનારાઓ એવા ઘૃણિત પદાર્થને બ્રહ્મચર્ય જેવા પવિત્ર વિચારની સાથે ભેળવવાની મૂર્ખતા કદી નહિ કરે.

૨. મૂત્રાશય (બ્લૅડર), મળાશય (રેક્ટમ)નું ભરેલું હોવું. આપણાં જીવન એવી અકુદરતી પરિસ્થિતિમાંથી પસાર થાય છે, કે જેથી નાની ઉમ્મરમાં જ વીર્યાશયમાં વીર્ય ભેગું થવા માંડે છે. વીર્યાશયની એક બાજુએ મળાશય (રેક્ટમ), અને બીજી બાજુએ મૂત્રાશય (બ્લૅડર) આવેલું છે. (જુઓ આ સામે આપેલું ચિત્ર.) એ બંને અવયવોમાં મળ–મૂત્ર એકઠાં થવાથી એમનું દબાણ એમની વચ્ચે આવેલા વીર્યાશય (સેમિનલ વેસિકલ્સ) પર થવા લાગે છે. જો

સ્વપ્નદોષથી બચવાને સૂતા પહેલાં મળમૂત્ર ખાલી કરો.

સુતા પહેલાં જરા. તાણીને ખાવાપીવામાં આવ્યું હોય, તો રાત્રે મળાશય અને મૂત્રાશય ભરાઇ જવાના કારણથી વીર્યાશય પર દબાણ થાય છે, અને તેથી વીર્યસ્રાવ થઇ જવાની સંભાવના રહે છે. કોઇ કોઈ વખત કબજીઆતવાળા માણસને શૌચ વખતે વધારે દબાણ પડવાથી પણ વીર્યાશય પર તેનું દબાણ થઇ વીર્યસ્રાવ થઇ જાય છે. આ કારણથી કબજીઆત પણ કોઇ કોઇ વાર સ્વપ્ન-દોષનું કારણ થઇ પડે છે.

સ્વપ્નદોષના દર્દીએ ખાસ કરીને રાત્રે જમવાનું છોડી દેવું જોઇએ; અને તેમ ન બને તો એકદમ હલકો ને થોડો ખોરાક લેવો જોઇએ. કેટલાક બાલકો સુતા પહેલાં પાણી અથવા દૂધ પીએ છે. આ નાની સરખી બાબતમાંથી પણ કોઇ કોઇ વાર સ્વપ્ન-દોષ થઈ જાય છે. સુતા પહેલાં જો થોડું પાણી પીવામાં આવે તો તેથી કાંઇ હરકત નથી. સુતા પહેલાં લઘુશંકા (પિશાબ) કરી લેવાની ટેવ પાડવી એ ખાસ જરૂરનું છે. સ્વપ્ન-દોષનું દર્દ વધી પડેલું હોય તો રાત્રે પેટ સાફ કરીને સૂવું જોઇએ. રાતમાં એક વખત ઊઠીને પિશાબ કરી લેવો એ :વળી વધારે ઇચ્છવાયોગ્ય છે. ચત્તા, અથવા છાતી પર હાથ રાખીને સૂવાથી પણ કોઇ કોઇ વાર સ્વપ્ન-દોષ થઇ આવે છે. એટલા માટે પડખાભર સૂવાની ટેવ પાડવી એ આવશ્યક છે.

૩. મલીનતા, ખુજલી અને જલન. કોઇ કોઈ વાર

મૂત્રાશયની અંદર ગંદા પદાર્થ ભેગા

સાત્વિક ભોજન અને થઇને તેમાં જલન પેદા કરે છે. એ

જલોપચારથી સ્વપ્ન- જલન મૂત્રમાર્ગમાંથી આગળ વધતી

દોષ અટકાવી શકાય છે. વધતી વીર્યાશય સુધી પહોંચી જાય

છે, અને પરિણામે સ્વપ્નદોષ થવા લાગે

છે. સાત્વિક ભોજન અને જલોપચાર આદિથી મૂત્રના જલન

ઉત્પન્ન કરનાર પદાર્થ દૂર કરી શકાય છે. કોઈ કોઇ વખત ઉત્પાદક અંગોમાં મેલ એકઠો થાય છે, તેથી ખુજલી અને જલન બંને પેદા થાય છે. પરિણામે હસ્તમૈથુન અને સ્વપ્નદોષ બંને ઉદ્ભવી શકે છે. આ કારણથી એ અવયવોની સ્વચ્છતા હંમેશ રાખવી જોઇએ. પિશાબ અને જનનેન્દ્રિયની ઘાતક બિમારીથી પણ સ્વપ્નદોષ થઇ જાય છે.

૪. હસ્તમૈથુન અને અતિમૈથુન. આ અનેક મનો વૈજ્ઞાનિક સિદ્ધાન્ત છે, કે જે કામને જાણી જોઇને વારંવાર કરવામાં આવે છે, તે પરિણામે માણસનું એક સ્વભાવ–કાર્ય બની જાય છે. પછી એ કામ કરવામાં ઇચ્છાશક્તિનો ઉપયોગ કરવાની આવશ્યકતા જ રહેતી નથી. પછી તો એ કાર્ય વગર ઇચ્છાએ થઇ જાય છે. જેઓ હસ્તમૈથુન કે અતિ મૈથુનથી ઇચ્છાપૂર્વક પોતાના ઉત્પાદક અવયવો પાસે વીર્યસ્રાવ કરાવવાનું કાર્ય કરાવે છે, તેમના એ અવયવો પછી એ કાર્ય કરવાને એટલા બધા ટેવાઇ જાય છે, કે મૈથુનની ઇચ્છા નથી કરવામાં આવતી છતાં પણ પછી એ અવયવો રાતમાં વીર્યસ્રાવ કરવા મંડી પડે છે! જગદ્વિખ્યાત બર્નાર મેકફેડન પોતાના પ્રખ્યાત પુસ્તક 'એનસાઇક્લોપીડિઆ ઓફ ફિઝિકલ કલ્ચર 'માં આ સંબંધમાં આ પ્રમાણે લખે છે: "જેને હસ્તમૈથુનની આદત પડી ચૂકી છે, એવી વ્યક્તિ જો એકદમ એ ટેવને છોડી દે તો તેને કેટલાક વખત સુધી સ્વપ્નદોષ થયા કરશે. તેના શરીરને ફરજિઆત વીર્યસ્રાવ કરવાની ટેવ પડી ચૂકેલી છે. એ જ પ્રમાણે જેમને વિવાહિત અવસ્થામાં અતિ વિષયભોગની લત પડી જાય છે, તેઓ પણ જો એકલા પડી જાય છે, તો કેટલાક વખત

હસ્તમૈથુન અને અતિમૈથુનથી સ્વપ્ન–દોષની સંભાવના.

સુધી સ્વપ્નદોષના શિકાર બની જાય છે. શરીરને નવી પરિસ્થિતિને અનુકૂળ થવામાં કેટલોક સમય અવશ્ય લાગે છે". આ કારણથી સ્વપ્નદોષથી બચવા માટે એ ખાસ જરૂરનું છે, કે એવા માણસને આત્મનાશ કરી નાખનારી હસ્તમૈથુન અને અતિમૈથુન જેવી ભયંકર ટેવને બળપૂર્વક છોડી દેવી જોઇએ.

દિવસે કામઇચ્છાઓ ઉભી કરવાને પરિણામે સ્વપ્નદોષની સંભાવના.

કોઈ કોઇ વાર જાગ્રત્ અવસ્થાની અતૃપ્ત અથવા દબાવી દીધેલી કામ-ઇચ્છા સૂતી વખતે પોતાનો માર્ગ કરી લે છે. નવયુવકો આ વાત બરાબર સ્મરણમાં રાખે, કે કામ-ઇચ્છા જગાડેલી હોય પરન્તુ તેને તૃપ્ત ન કરી શકાઇ હોય, અથવા અર્ધ તૃપ્ત કરીને છોડી દેવામાં આવી હોય, તો તેથી જ્ઞાનતંતુઓને એવો ભારે ધક્કો પહોંચે છે, કે જેવો ધક્કો હસ્તમૈથુન કે અતિમૈથુનથી પણ લાગતો નથી. આનો અર્થ એવો નથી કરવાનો કે એ હસ્તમૈથુન કે અતિમૈથુન સારા છે, એ તો ભયંકર જ છે; અને એથી એ ભયંકરતા પાછલા પ્રકરણોમાં બતાવવામાં આવેલી છે. અતૃપ્ત કામઇચ્છા એ જ્ઞાનતન્તુ વ્યવસ્થા (નર્વ્સ સિસ્ટમ) પર ભારે આઘાત પહોંચાડે છે. એવી કામઇચ્છા પેદા ન કરવામાં જ ડહાપણ છે–બુદ્ધિમત્તા છે–શ્રેય છે.

કેટલાકને ઊંઘમાં લાગુ પડેલી હસ્તમૈથુનની ટેવ.

જેમને જાગ્રત્ અવસ્થામાં હસ્તમૈથુનની આદત પડેલી છે, તેઓ સૂતી વખતે પણ તેનાથી બચી શકતા નથી. ડૉ. એલ્બર્ટ મોલ પોતાના પુસ્તક 'સેક્ષુઅલ લાઈફ ઓફ એ ચાઇલ્ડ'માં આ વિષયમાં આ પ્રમાણે લખે છે: "છોકરાઓ સૂતા સૂતા ઊંઘની અંદર અજાણપણે જનન-ઇન્દ્રિયનું સંચાલન કરવા લાગે છે. કેટલાંક એવાં સ્પષ્ટ ઉદાહરણો જોવામાં આવેલાં છે, કે જેમાં

વ્યક્તિ બરાબર ઊંઘમાં હોય છે, અને એ ઊંઘની સ્થિતિમાં જ હસ્તમૈથુન કરવા મંડે છે. મેં અનેક વખત આખી રાત જાગીને ઘણા છોકરાઓનું ઊંઘની સ્થિતિમાં નિરીક્ષણ કરેલું છે, અને મને ખાત્રી થએલી છે, કે કેટલાક છોકરાઓ ઊંઘમાં–ઊંઘમાં જ પોતાનો હાથ જનનેન્દ્રિય તરફ લઇ જતા હોય છે". આ વ્યાધિથી બચવાને માટે જેમ જાગૃત અવસ્થામાં હસ્તમૈથુનને મૂકી દેવું જોઇએ, તે જ પ્રમાણે સૂતી વખતે પણ પોતાનો હાથ બાંધીને સુવું જોઇએ, કે જેથી એ હાથ ઊંઘમાં જનનેન્દ્રિય તરફ જઇ શકે નાહ.

૫. નિર્બળતા (કમજોરી.). કોઇ કોઈ વાર સ્તમ્ભન (એટલે ટકાવી રાખવાની) શક્તિ ન હોવાના કારણથી પણ સ્વપ્નદોષ થઇ જાય છે. આને માટે ઉચિત વ્યાયામ કરવાથી નિર્બળતા દૂર થઇ શકે છે. સ્તમ્ભક દવાઓ કે જે અનેક જાહેરખબરોમાં લખેલી જોવામાં આવે છે તેનાથી દૂર જ રહેવું. ખરી દવા તો બ્રહ્મચર્યયુક્ત સાદું જીવન અને ઉચિત વ્યાયામ જ છે; કે જે દવાની બરોબર દુનિયાની બધી દવાઓને ભેગી કરવામાં આવે તોપણ થઇ શકે એમ નથી. એમ છતાંય જે લોકોને દવાઓમાં શ્રદ્ધા જ છે, તેવાઓને માટે બ્રહ્મચર્યમાં સહાયક થાય એવી થોડી ઔષધિઓ અહીં લખવામાં આવી છે. એ ઔષધિઓ નીચે પ્રમાણે છે:—

કમતાકાતને પરિણામે સ્વપ્નદોષની સંભાવના.

કમતાકાતની સાચી દવા.

૧. વડના તાજા દૂધનાં ૧૬ ટીપાં એક મહીના સુધી દરરોજ પતાસામાં નાખીને એ પતાસું પ્રાતઃકાળે ભૂખ્યા પેટે નિયમિત-પણે ખાવું.

૨. ધોળી મુસળી, કબાબચીની, અને ગળોનું સત્વ, એ

ત્રણે વસ્તુને સરખે ભાગે લઇ ચૂર્ણ બનાવવું. આંબળાને પાણીમાં પલાળી એ પાણી સાથે ૭ રતિ જેટલું ચૂર્ણ મેળવી હંમેશ પ્રાતઃકાળે લેવું.

૩. દર્ભ, મોલસરી વૃક્ષના ફળની ગોટલી, આંબળાં અને કપૂર, એ બધાંને સરખે ભાગે લઈ જુના ગોળ સાથે મેળવી નાના બોર જેવડી તેની ગોળીઓ બનાવવી. સૂતા પહેલાં ઠંડા પાણી સાથે એક ગોળી દરરોજ ખાવી.

૪. ધોળી મુસળી ૧૨ રતિ, જાયફળ ૪ રતિ, આંબળાં ૧૨ રતિ, આ બધાંના ચૂર્ણને માખણ અને સાકર સાથે મેળવીને દરરોજ ખાવું.

૫. બાવળનો ગુંદર ૨ તોલા, રૂમી મસ્તકી ૧ તોલો, આંબળાં ૨ તોલા, કપૂર ૩ માસા, આ બધાંને કુંવારના રસમાં મર્દન કરી સૂકવવું. પાછું બીજી વાર કુંવારના રસમાં મર્દન કરી સૂકવવું. એ ત્રણ વખત એમ કરીને ચૂર્ણ બનાવી રાખવું; પ્રાતઃકાળે ૧।। માસા માખણ અને સાકર સાથે મેળવી તેનું સેવન કરવું.

માનસિક કારણો અને ઉપાય.

સ્વપ્નદોષનાં જે ભૌતિક કારણોનો ઉલ્લેખ કરવામાં આવેલો છે, તે સિવાય તેનાં માનસિક કારણો પણ છે. થાકેલા આદમીને સ્વપ્ન નથી આવતાં. સૂતા પહેલાં પૂરતો વ્યાયામ કરી શરીરને થાક આપી જેઓ સુએ છે, તેમને સ્વપ્નદોષ થતો નથી; કારણ કે તેમને સ્વપ્ન આવતાં જ નથી. સ્વપ્ન વિનાની નિદ્રા મેળવવી એ સ્વપ્નદોષનો સૌથી સરસ ઉપાય છે. આપણે મોટે ભાગે ઊંઘ આવતી હોય કે ન આવતી હોય, તોપણ જઇને પથારીમાં પડીએ છીએ

ખૂબ વ્યાયામ કરી શરીરને થકાવી પછી જ પથારીમાં પગ મૂકો એટલે સ્વપ્નદોષ અટકશે.

ઊંઘ આવતી ન હોય છતાં પણ આળોટીએ છીએ. જીવનની એ ક્ષણો વીરલ હોય છે, કે જ્યારે આપણને ગાઢ નિદ્રા આવતી હોય છે. ઘણો વખત તો પથારીમાં પડયા પડયા જ પસાર થઇ જાય છે. જો કોઇ માણસ એટલો વખત જ પથારીમાં સુએ કે જ્યાં સુધી ગાઢ નિદ્રા આવતી હોય, અને પછી એ ગાઢ નિદ્રા વિંખાતા તરત જ ઉઠી બેઠો થઈ જાય, તો તેને સ્વપ્નદોષનો ભય રહેશે નહિ. ખૂબ વ્યાયામ કરી—એટલે કે શરીરને થકાવી—પછી જ પથારીમાં પગ મૂકો, અને ઊંઘ વિખાતાની સાથે જ પથારી છોડીને ઉભા થઇ જાઓ. ગાઢ નિદ્રા આવતાં પહેલાં અને ગાઢ નિદ્રા ગયા પછી એ બે વખતે શયતાન બરાબર આંખ ખોલીને બેસે છે. એ વખતે માણસ નથી બરાબર ઊંઘમાં હોતો, કે નથી બરાબર જાગતો હોતો; તેમ જ નથી તે વખતે તે પોતાની સત્તા નીચે હોતો. તે બીજાની સત્તામાં ચાલ્યો ગયો હોય છે. એ વખતે જ મલીન ભાવ ચોરની પેઠે મનમાં દાખલ થઈ જાય છે. બસ, એ વખતે જ સ્વપ્નો—ભયંકર સ્વપ્નો—કામભાવનાં સ્વપ્ન—ઉત્તેજનાપૂર્ણ સ્વપ્ન—ચિન્તાપૂર્ણ સ્વપ્ન આવવા લાગે છે, અને એની સાથે જ આત્મગ્લાનિ પેદા કરનાર સ્વપ્નદોષ થઇ જાય છે.

મનુષ્યનું મન જો જાગતું હોય, તો તે નવરૂં નથી બેસતું. કાંઇ નહિ ને કાંઇ એ જરૂર કરે છે. વગર નિદ્રાએ પથારી પર પડવાનું પરિણામ શું આવે છે?

બરાબર ઊંઘ આવે એટલે જ પથારીમાં પડો.

નથી હોતી ગાઢ નિદ્રા, કે નથી હોતી જાગ્રત્ સ્થિતિ. મન નથી તે વખતે સાવ સૂઇ ગએલું હોતું, કે નથી છેક જાગતું હોતું. એ વખતે મન કાંઇ નવરૂં બેસી રહેતું નથી. તેને કામ તો જોઇએ જ. તરત જ તે સ્વપ્ન

લાવવા શરૂ કરે છે. બધાં જ સ્વપ્નોથી માણસને કાંઇ નુકસાન નથી. કેટલાંક સ્વપ્નો ઘણાં મજાનાં હોય છે. કેટલાંકથી ભવિષ્યના છુપા ભેદની ઝાંખી થઇ જાય છે. પરન્તુ એ સ્વપ્નોની સાથે આપણને કામ નથી. આપણે તો એ સ્વપ્નો સાથે સંબંધ છે, કે જે સ્વપ્નો સ્વપ્નદોષ લાવે છે. એવાં સ્વપ્ન બે પ્રકારનાં હોય છે, એક કામભાવનાં સ્વપ્ન, અને બીજાં ચિન્તા ઉત્પન્ન કરનાર સ્વપ્ન.

૧. કામભાવનાં સ્વપ્ન.* આ જાતનાં સ્વપ્ન ખાસ કરીને અર્ધ જાગ્રત્ અને અર્ધ નિદ્રિત અવસ્થામાં આવે છે.

કામભાવનાં સ્વપ્ન આવે છે કયારે અને શાથી?

એવી અવસ્થા દિવસે અને રાત્રે બંને વખતે આવે છે. દિવસે માણસ ખુરસી પર પડયા પડયા ઊંઘે છે, એ ઊંઘવું સ્વપ્નમય હોય છે. રાત્રે પથારીમાં આળોટતા–આળોટતા મન કામુકતાના વિચારોમાં રમવા લાગે છે. દિવસે એ સ્વપ્નો મોટે ભાગે એક પછી એક આવ્યા કરે છે, પણ રાત્રિએ તો એ ખંડિત થઇ થઇને આવે છે. એક પછી એક આવતાં સ્વપ્નો એક દિવસ એક ઠેકાણે સમાપ્ત થઇને પછી બીજે દિવસે ત્યાંથી આગળ ચાલવા લાગે છે. સ્વપ્ન અનુભવ કરનારના ધ્યાનમાં કોઇ પ્રેમી હોય છે; અને એ પ્રેમીને લક્ષ્યમાં રાખીને સ્વપ્નો આવવા માંડે છે. દરરોજ વીર્યસ્રાવથી અથવા કોઇ આકસ્મિક ઘટનાથી એ ઊંઘ ખંડિત થઇ જાય છે. અસંબદ્ધ–છૂટા છૂટા ઢંગધડા વિનાના,

---

* 'સ્વપ્ન' એ શું છે? એ સંબંધીની વિશેષ હકીકત મારા હવે પછી પ્રકટ થનાર પુસ્તક 'આપણે સો વર્ષ કેવી રીતે જીવી શકીએ'? એમાં આપેલી છે. પ્રયોજક.

અને અચાનક ઉત્પન્ન થનાર સ્વપ્નો દિવસે પણ આવે છે, પરન્તુ એ મોટે ભાગે રાત્રિએ વધારે આવે છે. રાત્રે સૂતા સૂતા અચાનક જ કોઈ સ્વપ્ન આવવા લાગે છે, અને સ્વપ્નદોષ તરત જ થઇ જાય છે. સ્વપ્નોનો મસાલો મનને જાગ્રત્ સ્થિતિમાંથી જ મળે છે. જે વિચાર અને અનુભવ દિવસે થતા હોય છે, તે જ નવા નવા રૂપ ધારણ કરી સૂતી વખતે માણસની સામે આવી ખડા થાય છે.

ચિન્તાગ્રસ્ત સ્થિતિમાંથી સ્વપ્નદોષની સંભાવના.

૨. **ચિન્તા ઉત્પન્ન કરનાર સ્વપ્ન.** ચિન્તાનો અર્થ છે બેચેની; અને એ બેચેનીથી શરીરના સઘળા જ્ઞાનતન્તુઓ પર દબાણ પડે છે. કામુકતાના ગંદા સ્વપ્નોથી જ સ્વપ્નદોષ થઈ જાય છે, એટલું જ માત્ર માનવાનું નથી. ચિન્તાગ્રસ્ત રહેવાથી પણ કેટલીક વખત સ્વપ્નદોષ થઇ જાય છે; અને તેની આરોગ્ય પર ઘણી ખરાબ અસર થાય છે. કારણ કે એક તરફથી ચિંતાને લીધે જ્ઞાનતંતુઓની શક્તિનો હ્રાસ થાય છે, અને બીજી તરફથી વીર્યસ્રાવને લીધે શરીરની જીવનશક્તિનો હ્રાસ થાય છે. ડૉ. મોલ આ સંબંધમાં લખે છે કેઃ—" ચિન્તાગ્રસ્ત સ્થિતિમાં રહેવાથી સ્વપ્નદોષ થઇ જાય છે, એટલું જ નહિ પરન્તું કોઇ વાર ઊંઘમાં પણ જો ચિન્તાજનક સ્વપ્ન આવવા લાગે છે તો તેથી પણ સ્વપ્નદોષની આશંકા રહે છે. કોઇ વાર એવાં સ્વપ્ન આવે છે, કે જેમાં ચોર—ડાકુ અથવા હિંસક પશુએ આપણો પીછો પકડયો હોય છે, અને એ ભયનો ભાવ આપણને ચારે તરફથી ઘેરી લે છે, એટલે સ્વપ્નદોષ થઈ જાય છે. કેટલીક વાર સ્વપ્નમાં આપણે ટાઇમસર

ગાડીએ પહોંચવાને ઝડપથી સ્ટેશન તરફ જતા હોઇએ છીએ, પરંતુ સ્ટેશને પહોંચતાં જ ગાડી ઉપડી જાય છે. આવાં સ્વપ્નોથી પણ સ્વપ્નદોષ થઇ જાય છે." કહેવાનું તાત્પર્ય એ છે, કે કોઇ પણ રીતે જ્ઞાનતન્તુઓ પરના દબાણથી સ્વપ્નદોષ થઇ જાય છે. ઘણું ખાવાથી, ઘણું થાકી જવાથી, બિલ્કુલ હાથ પગ ન હલાવવાથી, કામ–ક્રોધ–લોભ–મોહ–ભય–ચિન્તા, એ બધાના અતિશયપણાથી જ્ઞાનતન્તુઓ પર દબાણ પડે છે, અને એ દબાણનું પરિણામ સ્વપ્નદોષ થઇ જાય છે.

આ પ્રકારનાં માનસિક કારણોથી થતા સ્વપ્નદોષનું પરિણામ શરીર પર ઘણું ઘાતક આવે છે ડૉ. ફૂટ આ સંબંધમાં પોતાના વિચાર નીચે પ્રમાણે દર્શાવે છે :—

માનસિક કારણથી થતા સ્વપ્નદોષને માટે સુપ્રસિદ્ધ ડૉ. ફૂટ શું કહે છે?

" પુરુષો અને સ્ત્રીઓ બંનેને સ્વપ્ન–દોષ થાય છે, અને તેથી એ બંનેને ઘણી જ હાનિ પહોંચે છે. જો કે સ્ત્રીના સ્વપ્નદોષમાં વીર્ય જેવું કોઈ તત્ત્વ બહાર પડતું નથી, તોપણ તેથી તેના જ્ઞાનતન્તુઓને સખ્ત આઘાત પહોંચે છે. કામભાવનાં સ્વપ્ન એ એક પ્રકારે અજ્ઞાત હસ્તમૈથુન જ છે. કોઈ પણ વ્યાયામ કરવાથી એટલો થાક નથી લાગતો, કે જેટલો થાક ખાલી અવકાશમાં હાથ ચલાવવાથી અથવા ખાલી અવકાશમાં પગ પછાડવાથી લાગે છે. સીઢી પરથી નીચે ઉતરતાં જો ખબર નથી હોતી, કે એક પગથીઉં હજી ઉતરવાનું છે, તો પગ નીચે લઈ જતાં જ શરીરને ઘણો સખ્ત ધક્કો લાગે છે. શરીરને માટે આ પ્રકારનો થાક કે ધક્કો જેમ ઘણો સખ્ત પ્રકારનો

છે, તે જ પ્રમાણે કામ-ભાવનાં સ્વપ્નોથી જ્ઞાનતન્તુઓને લાગતો ધક્કો પણ ઘણો સખ્ત પ્રકારનો હોય છે. શરીરના અંગેઅંગ-માંથી જ્ઞાનતન્તુશક્તિ (નર્વસ ફોર્સ) ખેંચાઇને મોટા વેગથી એક એવી વ્યક્તિના આલિંગનમાં કામે લાગી જાય છે, કે જે વ્યક્તિની કોઈ શક્તિ જ નથી—સત્તા જ નથી—વસ્તુતઃ એ વ્યક્તિ જ નથી. એ જ્ઞાનતન્તુશક્તિ સ્વપ્નદોષના રૂપમાં બહાર નીકળી જાય છે, પરન્તુ તેની પ્રતિકારક શક્તિ બીજી વ્યક્તિ તરફથી બદલામાં મળવી જોઇએ તે મળતી નથી, કેમકે બીજી વ્યક્તિ તો સ્વપ્નની એક કાલ્પનિક વ્યક્તિ હોય છે. જ્ઞાનતન્તુ-ઓનો એ હ્રાસ—જ્ઞાનતન્તુઓને લાગતો એ ધક્કો—એટલો ભયંકર હોય છે, કે તે જો કેટલોક વખત એમ ને એમ ચાલુ જ રહે, તો માણુસને સર્વથા શક્તિહીન બનાવી દે છે, સ્મરણુશક્તિનો નાશ કરી નાખે છે, અને માનસિક શક્તિને નિર્બળ બનાવી દે છે."

જો જાગ્રત્ સ્થિતિમાં આવતા કામભાવના વિચારોને મનમાં સ્થાન આપવામાં આવશે, તો સૂતી વખતે જરૂર તે મનને ઘેરી લેશે. જાગૃત સ્થિતિમાં મ્હોંમાંથી કાઢેલો એક પણ ગંદો શબ્દ સ્વપ્ન-દશામાં અનેક અપવિત્ર સ્મરણોને જાગૃત કરી શકે છે. એટલા માટે જાગૃત દશામાં જ વધારે સાવધાન રહેવાની જરૂર છે. જે લોકો જાગૃત સ્થિતિમાં મનને ખાડામાં પડવા દેતા નથી, તેઓ ઊંઘમાં પણ બચતા રહે છે. ગંદી નવલકથાઓ, આચારભ્રષ્ટ માણુસોનો સંગ, અને કામ વગરનું પ્રમાદી જીવન, એમાંથી

દિવસે મ્હોંમાંથી કાઢેલો એક જ ગંદો શબ્દ પણ રાત્રિએ અનેક ગંદા સ્મરણો ઘસડી લાવે છે.

મનને ગંદા સ્વપ્નો માટેનો પૂરતો મસાલો મળી જાય છે. એવો મસાલો મેળવીને પછી મન એને છોડવાને ચાહતું નથી. જેઓ કામભાવનાં સ્વપ્નોથી બચવા માગે છે, તેઓ જો દિવસે જાગૃત સ્થિતિમાં પોતાની વિચારશૃંખલા પર લક્ષ આપતાં રહે, બૂરા વિચારોને મનમાં આવવા ન દે, તો જરૂર રાત્રે એવાં સ્વપ્નોથી બચી શકે છે. પરન્તુ વિચારોને કામ–ભાવથી દૂર રાખવા એટલું જ પૂરતું નથી–વિચારોને બલવાન્ બનાવવા એ એથી પણ વધારે આવશ્યક છે. કેટલાક તો કામભાવનાં સ્વપ્નોથી ભયભીત રહે છે–ગભરાઇ ઉઠે છે, પરન્તુ તેઓ જેટલા એનાથી બચવાની મહેનત કરે છે, એટલા જ તેના શિકાર બનતા જાય છે, એમ થવાનું મુખ્ય કારણ એમનો ભય હોય છે. ભયથી વિચારશક્તિ સશક્ત થવાને બદલે ઉલટી અશક્ત બને છે. વિચારશક્તિને કદી પણ નિર્બળ થવા ન દેવી જોઇએ. સ્વપ્ન-દોષ થવો એ ખરાબ છે, પરન્તુ એને જોઇને ગભરાઈ જવું એ એથી પણ વધારે ખરાબ છે. ગભરાવાથી સ્વપ્નદોષની સંખ્યા ઘટવાને બદલે ઉલટી વધવા પામે છે. એવા માણસોએ મોલિનોસના એ શબ્દો, કે જે શબ્દોને વિલિઅમ જેમ્સે પોતાના પુસ્તક ' વેરાઇટીઝ ઓફ્ રિલિજિઅસ એક્સપીરિઅન્સ 'માં નીચે પ્રમાણે ઉદ્દધૃત કરેલા છે, એને બરાબર સ્મરણમાં રાખવા જોઇએઃ–

" જો તારાથી કોઇ અપરાધ થઇ જાય, પછી ભલે એ ગમે તેવો કેમ ન હોય, તો પણ પછી તું તેનો વિચાર કરી કરીને દુઃખી ન થયા કરીશ. અપરાધ તો માણસથી થયા જ કરે છે. તારૂં એક–બે વખત પતન થઇ ચૂકયું હોય, તો તેથી એમ નથી માનવાનું કે હંમેશાં જ તારૂં એમ પતન થયા કરશે–

ઇશ્વર તરફથી તને શિક્ષા જ થયા કરશે. અય, અમૃતપુત્ર! ચક્ષુ ખોલ, અને તારા પતનના વિચારો પર પડદો પાડી ઇશ્વરની દયા પર વિશ્વાસ રાખ. શું એ ખેલાડી મૂર્ખ નહિ કહેવાશે, કે જે દોડવાની હરિફાઇમાં બધાની સામે દોડતા દોડતા પડી જાય, અને પછી બેઠા બેઠા પોતાના એ પઠી જવા પર અશ્રુપાત કરે? બુદ્ધિમાનો

પાછલી ભૂલો માટે અફસોસ કર્યા કરનારાઓને મોલિનોસ શું કહે છે?

એને એમ જ કહેશે, કે અય, ખેલાડી, ઉઠ ઉભો થા–દોડવા માંડ–વખત ન ગુમાવ. જે પડીને તરત ઉભો થઈ દોડવા લાગે છે, એ માનો કે કોઈ વખત પડયો જ નથી! તું એક વાર તો શું, પણ હજારો વાર પતિત કેમ ન થઈ જાય, પરન્તુ કદી પણ ગભરા નહિ. જે ઔષધ તને આપ્યું છે તેને બરાબર બાંધી રાખ, અને ઇશ્વર પર ભરોસો કર. આ શસ્ત્રથી તું સ્પર્ધાના અનેક અખાડા જીતી લઇશ, અને હૃદયની નિર્બળતા પર વિજય મેળવી શકીશ."

તમે તમારી નિર્બળતાઓનો જ વિચાર હંમેશાં ન કર્યા કરો. સંકલ્પને દૃઢ અને સશક્ત બનાવો. ખરાબ પરિસ્થિતિઓથી દૂર રહો. સૂતા પહેલાં પવિત્ર ભજનો ગાઓ–વેદમંત્ર ઉચ્ચારો, ઉત્તમ પુસ્તકોનો પાઠ કરો. તમે જોશો કે ગંદા સ્વપ્નોની જગાએ સારાં સ્વપ્ન આવવા લાગશે. આ પ્રકરણ પૂરૂં કરતાં પહેલાં ડૉ. કોવનના નીચેના ઉપદેશ–વચનોને અહીં ઉદ્ધૃત કરવાનું પ્રલોભન અટકાવી શકાતું નથી:—

"જેણે પોતાની ઇચ્છાશક્તિ (વીલ પાવર) નો સર્વથા

સ્વપ્નો માટે ડૉ. કોવન શું કહે છે?

નાશ કરી નાખ્યો નથી, એવી પ્રત્યેક વ્યક્તિ કંઇ નહિ તો જાગૃતાવસ્થામાં પોતાના વિચારો પર સારી રીતે કાબુ રાખી શકે છે—તેને પવિત્ર રાખી શકે છે. જો તે પતિત બને છે—પાપ કરે છે—તો તે જાણી જોઇને જ ! જેવી રીતે તે જાગૃતાવસ્થામાં પોતાના વિચારોને પવિત્ર રાખી શકે છે, તેવી જ રીતે સૂતી વખતે પણ વિચારો પવિત્ર રાખવા કઠિન નથી. હરેક માણસનું એ કર્તવ્ય છે, કે તે સૂતા અને જાગતા સર્વદા વિચારોને પવિત્ર રાખે. લોકો કહે છે, કે તેઓ સ્વપ્નો પર કાબુ નથી મેળવી શકતા, પરન્તુ એ વાત ભ્રમમૂલક છે. માણસના મનમાં જાગૃત દશામાં જે વિચારો આવે છે, તેનો સ્વપ્નોની સાથે અત્યંત ઘનિષ્ટ સંબંધ છે. જાગૃત દશામાં જેને વિચાર કહેવામાં આવે છે, તેને જ ઊંઘની દશામાં ' સ્વપ્ન ' કહેવામાં આવે છે. આથી એ સ્વાભાવિક છે, કે જેઓ જાગૃત સ્થિતિમાં પોતાના વિચારોને અપવિત્રતા અને અશ્લીલતા તરફ જવા દે છે, તેઓના મનમાં રાત્રે પણ તેવા જ વિચારો આવીને ભરાય છે. સ્વપ્નસ્થિતિના વિચાર એ જાગૃત સ્થિતિના વિચારોના પ્રતિબિંબ માત્ર છે; અને એટલા માટે જો દિવસનો વખત ગંદા વિચારોમાં ગુજારવામાં આવ્યો હોય—કામભાવમાં વિતાડયો હોય, તો રાત્રિએ સ્વપ્નદોષ જરૂર જ થઈ જાય છે. જો જાગૃત સ્થિતિમાં આપણે કુ—વાસનાઓને દબાવવાને ઇચ્છા-શક્તિનો કશો પણ ઉપયોગ ન કર્યો, તો પછી ઊંઘતી વખતે કોઇ મલીન ભાવ આવીને ઉભો રહેતાં હૃદયમાંથી ' નકાર 'નો અવાજ ઉઠવાની આશા આપણે રાખી શકીએ કેવી રીતે ? ઇચ્છાશકતિ સૂતી વખતે આપણને એટલા જ પ્રમાણમાં બચાવી શકે છે, કે જેટલા પ્રમાણમાં તેણે આપણો જાગૃત સ્થિતિમાં

બચાવ કર્યો હોય છે. એક ઉચ્ચ સ્થિતિનો ઈટાલિઅન, કે જે સ્વપ્નદોષથી હેરાન-હેરાન થઇ ગયો હતો, તેણે તેમાંથી બચવાને આખરે એવો દઢ સંકલ્પ કરી લીધો, કે 'અપવિત્ર વિચાર મનમાં આવતાંની સાથે જ મારે જાગી જવું.' એ સંકલ્પનો દિવસે તેણે ખૂબ અભ્યાસ કરવા માંડયો. જ્યારે પણ કોઈ ગંદો વિચાર મનમાં આવવા પામતો કે તરત જ તે ચોંકી ઉઠતો, ને એ વિચારને એકદમ ખંખેરી નાખતો. સૂતા પહેલાં અનેક વખત એ સંકલ્પનો તે વારંવાર ઉચ્ચાર કરી જતો-સઘળી ઇચ્છાશક્તિને તેમાં ભરી દેતો. એનું પરિણામ ઘણું સારૂં આવ્યું. 'ખરાબ વિચાર એ ઘણું ભયંકર નુકસાન છે' એ ભાવના એના હૃદયમાં એટલી ઘર કરી ગઇ, કે એની ચેતનતાનો જ એક ભાગ બની ગઇ; અને તેથી ઊંઘમાં પણ સહેજ ગંદો વિચાર આવતાં જ તે એકદમ જાગી જતો. એ અભ્યાસથી તેને ઘણો જ લાભ થયો, અને સ્વપ્નદોષથી તે સર્વથા મુક્ત થઇ ગયો."

પ્રકરણ ૧૬ મું.

વીર્ય એ શું છે? તેની મહત્તા.

વીર્ય એ મનુષ્યના શરીરનો તત્ત્વ ભાગ છે. વીર્યનું સ્તમ્ભન એ કઠિન કાર્ય છે. એની રક્ષાની ચિન્તા યોગીઓની ઉન્નિદ્ર આંખોમાં, ઋષિઓના ચહેરાઓની કરચલીઓમાં, અને બ્રહ્મચારીઓની નિયંત્રિત દિનચર્યામાં કોને નથી જોવામાં આવતી? મૂર્ખ લોકો ભલે એ જીવન-શક્તિના રહસ્યને ન સમજી ઉલટા માર્ગ પર ચાલે, પરન્તુ બુદ્ધિમાનો તો વીર્ય-રક્ષાને જીવનનું લક્ષ્યબિન્દુ સમજે છે. આ હિમાલય જેવા કઠિન કાર્યમાં તત્ત્વ-જ્ઞાનીઓને ચિન્તિત રહેવાનું મુખ્ય કારણ એ છે, કે તેઓ એમ સમજે છે, કે શરીરના સારભાગ (વીર્ય)ને અંદર ને અંદર જ ખપાવી દેવાથી વિદ્યા અને બળની સતત વૃદ્ધિ થાય છે; તેમ જ એના નાશથી મનુષ્યનો ચોતરફથી હ્રાસ થાય છે. વીર્ય-રક્ષા ભારે મહત્ત્વનું કાર્ય છે.

વીર્ય-રક્ષા તરફ તત્ત્વજ્ઞાનીઓની કાળજી.

વીર્ય–રક્ષાનું મહત્ત્વ સમજવાને માટે વીર્ય કઇ વસ્તુ છે, એ આપણે સમજવું ખાસ આવશ્યક છે. એટલા માટે ભારતીય વૈદ્યકશાસ્ત્ર તેમ જ પાશ્ચાત્ય ડૉકટરી વિજ્ઞાન એ બંને વીર્યને માટે શું કહે છે, એ અહીં બતાવવામાં આવેલું છે. એ વાંચીને પાઠક વીર્યનું મહત્ત્વ સારી પેઠે સમજી શકશે.

વીર્યને માટે ભારતીય વૈદ્યકશાસ્ત્ર શું કહે છે?

'અષ્ટાંગ હૃદય', શારીરસ્થાન, અધ્યાય ૩, શ્લોક ૬ માં વીર્ય માટે આ પ્રમાણે લખેલું છેઃ—

"रसाद्रक्तं ततो मांसं मांसाग्मेदस्ततो अस्थि च अस्थ्नो मज्जा ततः शुक्रम्..."

આયુર્વેદના સિદ્ધાન્ત પ્રમાણે વીર્ય કેવી રીતે બને છે?

અર્થાત્—પચેલા ખોરાકમાંથી પ્રથમ રસ બને છે. રસમાંથી લોહી, લોહીમાંથી માંસ, માંસમાંથી મેદ, મેદમાંથી હાડકાં, હાડકાંમાંથી મજ્જા, અને મજ્જામાંથી વીર્ય બને છે.

વીર્ય એ છેલ્લી વસ્તુ છે. શરીર રૂપી મશીનમાં એને બનવાનો નંબર સાતમો છે. એને બનાવવામાં શરીરને જીવન ઉપયોગી બીજા કોઈ પણ પદાર્થ કરતાં વધારે મહેનત કરવી પડે છે. રસ કરતાં લોહીમાં (રક્તમાં) તત્ત્વ ભાગ વધારે છે, રક્ત કરતાં માંસ તત્ત્વ ભાગ વધારે છે, અને એમ ઉત્તરોત્તર તે વધતો જાય છે. છેવટનો તત્ત્વમય ભાગ તે વીર્ય છે. થોડું સરખું વીર્ય બનાવવા માટે ઘણા રક્તની જરૂર પડે છે. વીર્યનો કિંચિત્ ભાગ પણ નાશ પામવો એ ઘણું લોહી નાશ પામવા બરાબર છે. ભારતીય આયુર્વેદ (વૈદ્યકશાસ્ત્ર)ના આ સિદ્ધાન્તને અનેક પાશ્ચાત્ય વિદ્વાનોએ પણ મુક્તકંઠે સ્વીકારેલો છે. ડૉ.

કાવન પોતાના પ્રસિદ્ધ પુસ્તક ' ધી સાયન્સ ઓફ એ ન્યુ-લાઇફ 'માં વીર્યને માટે આ પ્રમાણે લખે છે:—

" શરીરના કોઈ પણ ભાગમાંનું ૪૦ ઔંસ લોહી એ એક ઔંસ વીર્યની બરાબર છે. અર્થાત્ ૪૦ ઔંસ લોહીમાંથી એક ઔંસ વીર્ય બને છે. "

અમેરિકાના સુપ્રસિદ્ધ શરીરવૃદ્ધિ–શાસ્ત્રવેત્તા બર્નાર મેકફેડને પોતાના પુસ્તક ' મેનહૂડ એન્ડ મેરેજ ' માં આ જ વિચારને જરા આગળ વધીને પ્રસિદ્ધ કરેલો છે. પોતાના મહાન્ ગ્રંથ ' એનસાયકલોપીડિઆ ઓફ ફિઝિકલ કલ્ચર 'માં પોતે આ પ્રમાણે લખે છે :–

૬૦ ઔંસ લોહી એ ૧ ઔંસ વીર્યની બરાબર છે.

" કેટલાક વિદ્વાનોના કથનાનુસાર ૪૦ ઔંસ રુધિરમાંથી ૧ ઔંસ વીર્ય બને છે, પરન્તુ બીજા કેટલાક વિદ્વાનો એમ પણ કહે છે, કે ૧ ઔંસ વીર્યની શક્તિ ૬૦ ઔંસ રુધિરની બરાબર છે. "

જો કે આ બાબતમાં ચોક્કસ હિસાબ થઇ શકતો નથી, તોપણ આટલું તો નિર્વિવાદ છે, કે થોડું સરખું વીર્ય બનવાને માટે ઘણા વધારે રુધિરની જરૂર પડે છે. હિંદમાં આ વિષયની ચર્ચા સર્વસામાન્યમાં પણ જોવામાં આવે છે; અને એક સાધારણ માણસ પણ એમ સમજે છે, કે વીર્ય બનવાને માટે ૪૦–૫૦–કે ૬૦ ગણા રુધિરની જરૂર પડે છે. પાશ્ચાત્ય લોકોમાં આ વિચાર હમણા–હમણા જ ઉત્પન્ન થયો છે. મૂલતઃ આ વિચાર ભારતીય આયુર્વેદનો છે. જો રુધિરમાં શરીરને જીવિત રાખવાની શક્તિ રહેલી છે, તો વીર્ય કે જે લોહીનું એકલું સત્ત્વ છે, તેની અંદર એ શક્તિ લોહી કરતાં કેટલા ગણી વધારે હોવી જોઇએ એનો વિચાર વાચકોએ જ પોતે કરી લેવો.

આયુર્વેદના ઉપર્યુક્ત કથન પ્રમાણે વીર્ય એ લોહીનું છેલ્લું એટલે સાતમું સ્વરૂપ છે. એ લોહી–માંસ–મેદ વગેરેનો પરસ્પર સંબંધ શો છે, અને લોહીમાંથી વીર્ય કયે પ્રકારે બને છે, એ બાબત પર આયુર્વેદની દૃષ્ટિએ હજી સુધી પૂરેપૂરી તપાસ થઈ નથી. પરન્તુ આયુર્વેદમાંથી આપણે એટલું તો બરાબર જાણી શકીએ છીએ, કે લોહીમાંથી તેનો તત્ત્વ ભાગ બનતા છેવટે જે તત્ત્વમય ભાગ રહે છે, તેને વીર્ય કહેવામાં આવે છે.

આયુર્વેદ (વૈદ્યકશાસ્ત્ર)ના સિદ્ધાન્ત પ્રમાણે વીર્યનું સ્થાન આખું શરીર છે. મનોવિકાર ઉત્પન્ન થાય છે, એટલે શરીરમાંથી મંથન થઈને વીર્ય અંડકોષ દ્વારા પ્રકટ રૂપે ઉત્પન્ન થાય છે.

વીર્યને માટે પાશ્ચાત્ય ડૉક્ટરી વિજ્ઞાન શું કહે છે?

પાશ્ચાત્ય ડૉક્ટરોના મત પ્રમાણે વીર્ય શેમાંથી બને છે?

પાશ્ચાત્ય ડૉક્ટરી વિજ્ઞાનના વિદ્વાનો ભારતીય વૈદ્યક શાસ્ત્રની પેઠે વીર્યને સાત ધાતુઓનો સાર માનતા નથી. તેમના કથનાનુસાર વીર્ય સીધું લોહીમાંથી ઉત્પન્ન થાય છે. એ વિદ્વાનો વીર્યનું સ્થાન આખું શરીર માનતા નથી. તેઓ કહે છે, કે મનોવિકાર ઉત્પન્ન થવાથી અંડકોષ પોતાની ક્રિયા દ્વારા એક રસ પેદા કરે છે, એનું જ નામ 'ઉત્પાદક વીર્ય' છે. જેમ ઉત્તેજક વસ્તુ મ્હોં સામે આવવાથી આંખોમાંથી આંસુ, અથવા મ્હોંમાંથી લાળ ટપકે છે, તે જ પ્રમાણે અંડકોષોની ગ્રંથીઓ (ગ્લેન્ડસ) માંથી વીર્ય નીકળે છે.

પાછલા એક પ્રકરણમાં જણાવવામાં આવેલું છે, કે અંડકોષમાંથી બે પ્રકારનો રસ ઉત્પન્ન થાય છે. એક અંદરનો (અન્તઃસ્રાવ), અને બીજો બહારનો (બહિઃસ્રાવ). અંદરના

સ્રાવને અંગ્રેજીમાં 'ઇન્ટરનલ સિક્રિશન,' અને બહારના સ્રાવને 'એક્સટરનલ સિક્રિશન' કહે છે.

શરીરની શક્તિ–કાન્તિનો આધાર અંડગ્રંથીઓના અન્તઃસ્રાવ (ઇન્ટરનલ સિક્રિશન) પર છે.

અન્તઃસ્રાવ બધો વખત અખંડપણે અંડકોષમાંથી નીકળતો રહી શરીરની અંદર સમાતો જાય છે–ખપતો જાય છે. એ રસ આખાં શરીરમાં વ્યાપીને આંખોને તેજ, મુખને કાન્તિ, અને દરેક અંગને શક્તિ આપે છે. ચૌદ–પંદર વર્ષની ઉમ્મરમાં બાળકના શરીરમાં જે અચાનક પરિવર્તન જોવામાં આવે છે, તેનું કારણ એ છે, કે એટલી ઉમ્મર સુધી અન્તઃસ્રાવ અંદર ને અંદર જ સમાઈ જતો–ખપી જતો–હોય છે. પ્રાણીઓના અંડકોષ કાઢી નાખવામાં આવે છે, તેઓ નિસ્તેજ અને નિર્વીર્ય બની જાય છે. તેઓની સ્થિતિ હીજડાઓના જેવી થઈ જાય છે.

બહિઃસ્રાવના સંબંધમાં પાશ્ચાત્ય ડૉકટરો એમ કહે છે, કે એમાં વીર્યજન્તુ (સ્પર્મેટોઝુઆ)ની સાથે જનન–પ્રદેશના બીજા કેટલાક ભાગમાંથી નીકળતા રસ પણ મળે છે.

ઉત્પાદક વીર્ય શરીરની અંદર ખપી જવાથી શરીરમાં સંજીવની શક્તિનો સંચાર થાય છે.

વીર્યજન્તુ અને એ રસોના એકીકરણનું નામ 'વીર્ય' (સીમેન) છે. 'વીર્યજન્તુઓ (સ્પર્મેટોઝુઆ)ની ઉત્પત્તિ અંડકોષોમાંથી થાય છે; અને એ જ સંતાન–ઉત્પત્તિનું કારણ છે. જે પુરુષના વીર્યમાં એ જન્તુઓ નથી હોતા, અથવા નિર્બળ હોય છે, તેઓ સંતાન–ઉત્પત્તિ કરી શકતા નથી. શરાબ, તમાકુ, ચા, કૉફી, અફીણ વગેરે પદાર્થોના સેવનથી એ વીર્યજન્તુઓ ક્રિયાશક્તિહીન થઇ જાય છે; અને એટલા માટે એ આવશ્યક

છે, કે ઉત્પાદન શક્તિને ટકાવી રાખવાને માટે એ વસ્તુઓનો ત્યાગ કરી દેવો જોઇએ. વીર્યજન્તુઓ શરીરમાંથી બહાર નથી નીકળતા ત્યારે શરીરની અંદર જ સમાઇ જાય છે–ખપી જાય છે. ડૉ. કોવન તેમ જ બીજા અનેક વિદ્વાનોનો એ મત છે, કે જો વીર્યજન્તુઓને કુવિચારો અને કુકર્મો દ્વારા શરીરની બહાર કાઢી નાખવામાં ન આવે, તો તે જન્તુઓ, કે જે એક નવા જીવને ઉત્પન્ન કરવાનું સામર્થ્ય ધરાવે છે, તેઓ શરીરની અંદર સમાઇ જઇને માણસના શારીરિક અને માનસિક બળની અદ્‌ભુત રીતે વૃદ્ધિ કરી શકે છે. ડૉ. ગાર્ડનર કહે છે, કે "વીર્યજન્તુઓ એ લોહીનો તત્ત્વમય ભાગ છે. કુદરતે એનામાં એકલી જીવનદાતૃ-શક્તિ જ નથી ભરી, પરન્તુ વ્યક્તિગત જીવનને સમૃદ્ધ કરવાનું સામર્થ્ય પણ ભરેલું છે. વીર્યજન્તુઓ શરીરની અંદર સમાઇ જવાથી–ખપી જવાથી–આખા શરીરમાં સંજીવની શક્તિનો સંચાર થઇ જાય છે, એમાં લેશ માત્ર પણ સંદેહ નથી."

માનવ–શરીરની રચનાને સમજનાર સઘળા વિદ્વાનો એક-મતે એમ માને છે, કે અન્તઃસ્રાવ અથવા બહિઃસ્રાવનો હ્રાસ એ મનુષ્યની વૃદ્ધિ માટે ઘણોજ હાનિકારક છે. શારીરિક, માનસિક, અથવા આત્મિક ઉન્નતિને માટે આત્મસંયમદ્વારા વીર્ય–સ્તમ્ભન (વીર્યને ટકાવી રાખવું તે) ઘણું જ આવશ્યક છે.

વૈદ્યકશાસ્ત્ર અને ડૉક્ટરી વિજ્ઞાનની વચ્ચે વીર્ય સંબંધમાં મુખ્ય મતભેદ.

વીર્ય સંબંધમાં વૈદ્યકશાસ્ત્ર અને ડૉક્ટરી વિજ્ઞાન શું કહે છે, એ આપણે ઉપર જોઇ ગયા. હવે આપણે એ બંને વચ્ચે જે બાબતમાં મોટો મતભેદ છે, તે તપાસીએ.

૧. વૈદ્યકશાસ્ત્ર વીર્યને રુધિર–માંસ–મેદ એમ સાત ધાતુ-

ઓના ક્રમ પછી તૈયાર થતું માને છે, જ્યારે ડૉકટરી વિજ્ઞાન તેને સીધું જ લોહીમાંથી તૈયાર થતું માને છે.

૨. વૈદ્યકશાસ્ત્ર વીર્યનું સ્થાન આખુ શરીર માને છે, જ્યારે પાશ્ચાત્ય ડૉકટરો તેને અંડકોષોદ્વારા ઉત્પન્ન થતું માને છે.

૩. ડૉકટરી વિજ્ઞાન વીર્યના બે રૂપ અન્તઃસ્રાવ અને બહિઃ-સ્રાવ ખુલ્લી રીતે માને છે, જ્યારે વૈદ્યકશાસ્ત્રમાં એ ભેદ જોવામાં આવતો નથી.

૪. ડૉકટરી વિજ્ઞાનમાં વીર્યજન્તુઓ (સ્પર્મેટોઝુઆ) ને ‘ઉત્પાદક વીર્ય’ નામ આપવામાં આવેલું છે, જ્યારે વૈદ્યક-શાસ્ત્રમાં એ ‘ઉત્પાદક વીર્ય’ને જન્તુ વિશેષ માનવામાં આવેલું નથી. એમના મત પ્રમાણે વીર્યથી જ જીવનની ઉત્પત્તિ થાય છે.

સાધારણ બુદ્ધિ દ્વારા પૂર્વીય અને પાશ્ચાત્ય વિચારોમાં વીર્ય સંબંધમાં આ ચાર મુખ્ય મતભેદ જોવામાં આવે છે. અમારા મત પ્રમાણે સૂક્ષ્મદષ્ટિથી વિચાર કરતાં એ મુખ્ય મત-ભેદનો મોટો ભાગ લુપ્ત થઈ જઇ બંને વિચારોમાં અનેક સમા-નતાઓ દષ્ટિગોચર થવા લાગે છે.

વૈદ્યકશાસ્ત્ર અને ડૉકટરી વિજ્ઞાનની વચ્ચે વીર્ય સંબંધમાં સમાનતાઓ.

૧. નિઃસંદેહ આયુર્વેદ એ વીર્યને સાત ધાતુઓમાંથી પસાર થઇને બનેલું માને છે, પરન્તુ યાદ રાખવું જોઇએ કે આયુર્વેદના કેટલાક ગ્રંથોમાં આ સિદ્ધાન્તને સ્વીકારવામાં નથી પણ આવેલો. તેઓ એમ માને છે, કે જ્યારે લોહી અંડકોષોમાં જાય છે, ત્યારે અંડકોષ એ લોહીમાંથી વીર્ય ખેંચી લે છે. આ સિદ્ધાન્ત પાશ્ચાત્ય વિદ્વાનોના વિચાર સાથે અક્ષરશઃ મળતો આવે છે.

૨. આયુર્વેદ વીર્યનું સ્થાન આખું શરીર માને છે, અને પાશ્ચાત્ય ડૉકટરો એને અંડકોષો દ્વારા પેદા થતું માને છે. કેટલાકના કથનાનુસાર વીર્યની ઉત્પત્તિમાં આ સ્થાન સંબંધી મતભેદ છે. પરન્તુ એ ભેદ વાસ્તવિક ભેદ નથી. પાશ્ચાત્ય વિદ્વાનો કાંઇ એમ નથી કહેતા, કે વીર્ય અંડકોષોની અંદર રહે છે, તેઓ એમ કહે છે, કે વીર્યનું ઉત્પત્તિ–સ્થાન અંડકોષ છે. મનોવિકારને પરિણામે વીર્ય અંડકોષમાં પ્રકટ થાય છે, એ વાત બંને પક્ષના વિદ્વાનોને માન્ય છે. વીર્યનો સ્રાવ બંનેના મત પ્રમાણે આખા શરીરમાંથી થાય છે. આયુર્વેદના મુખ્ય સિદ્ધાન્ત પ્રમાણે સાત ધાતુઓના ક્રમથી બનેલા વીર્યનો સ્રાવ થાય છે, અને પાશ્ચાત્ય વિદ્વાનોના કથન પ્રમાણે તેનો સીધો લોહીમાંથી જ સ્રાવ થાય છે. સ્રાવ થવો એટલે નીકળવું એ બંનેના મત પ્રમાણે આખા શરીરમાંથી થાય છે.

શરીરના બધા લોહીનું મંથન થઇને પછી જ વીર્ય બહાર નીકળે છે.

૩. જો કે ભારતીય આયુર્વેદમાં અન્તઃસ્રાવ અને બહિઃસ્રાવનું વર્ણન સ્પષ્ટ રૂપે જોવામાં આવતું નથી, તોપણ એ સંબંધમાં જેટલો વિચાર કરવામાં આવેલો છે, એને આધારે એમ કહી શકાય છે, કે આયુર્વેદમાં 'ઓજસ્' અને 'તેજસ્' શબ્દોનો પ્રયોગ અન્તઃસ્રાવને માટે, અને 'રેતસ્' તથા 'બીજ' શબ્દોનો પ્રયોગ બહિઃસ્રાવને માટે કરવામાં આવેલો છે. 'શુક્ર' અને 'વીર્ય' શબ્દ અન્તઃસ્રાવ તેમ જ બહિઃસ્રાવ બંનેને માટે વાપરવામાં આવે છે. વાગ્ભટ્ટ 'ઓજસ્'નું વર્ણન નીચે પ્રમાણે કરે છેઃ—

ઓજસ્ એટલે શું?

ओजश्च तेजो धातूनां शुक्रान्तानां परं स्मृतम् ।
हृदयस्थमपि व्यापि देहस्थिति निबन्धनम् ॥
यस्य प्रवृद्धौ देहस्य तुष्टिपुष्टिफलोदया ।
यन्नाशे नियतो नाशो यस्मिंस्तिष्ठति जीवनम् ॥
निष्पद्यन्ते यतो भावा विविधा देहसंश्रयाः ।
उत्साह प्रतिभा धैर्य लावण्य सुकुमारता ॥

અર્થાત્ —ઓજસ્ એ સંપૂર્ણ શરીરમાં વ્યાપેલું છે, દેહની સ્થિતિનું કારણ છે. ઓજસ્‌ની વૃદ્ધિથી તુષ્ટિ, પુષ્ટિ તથા બળનો ઉદય થાય છે; અને ઓજસ્ નષ્ટ થવાથી એ બધું નાશ પામે છે. ઓજસ્‌થી જ ઉત્સાહ, ધૈર્ય, લાવણ્ય, અને સુકુમારતા વગેરે નાનાવિધ ભાવ પ્રકટ થાય છે.

આ વર્ણન અન્તઃસ્રાવના વિષયમાં પાશ્ચાત્ય વિદ્વાનોએ લખેલા વર્ણનની સાથે બરાબર મળતું આવે છે. બર્નાર મેકફે-ડન અન્તઃસ્રાવના વિષયમાં લખે છે, કે "એ ગ્રંથીઓમાંથી નીકળતું એક એક બૂંદ ઉત્પન્ન થતાંની સાથે જ શરીરમાં ખપી જાય છે. એનું પરિણામ અવિરત ઉત્સાહ–વૃદ્ધિ અને આરોગ્ય છે, કે જે બાલ્યાવસ્થામાં ખાસ કરીને જોવામાં આવે છે."

મેકફેડન અને વાગ્ભટ્ટનાં વર્ણનોમાં ઉપર પ્રમાણે કોઇ ભેદ જોવામાં આવતો નથી. બહિઃસ્રાવના વિષયમાં પૂર્વીય અને પાશ્ચાત્ય વિદ્વાનોના વિચારોમાં થોડો ભેદ અવશ્ય જોવામાં આવે છે. પરન્તુ તેમ છતાંય બહિઃસ્રાવની સત્તાનો સ્વીકાર આયુર્વેદમાં કરવામાં આવેલો છે. ભાવપ્રકાશ–કાર એ સંબંધમાં લખે છે કે:—

शुक्रं सौम्यं सितं स्निग्धं बलपुष्टिकरं स्मृतम् ।
गर्भबीजं वपुः सारो जीवस्याश्रय उत्तमः ॥

અર્થાત્—વીર્ય એ સૌમ્ય, શ્વેત, સ્નિગ્ધ, બળ, અને પુષ્ટિકારક, ગર્ભનું બીજ, દેહનું સાર–રૂપ, અને જીવનું ઉત્તમ આશ્રય રૂપ છે. વીર્યનું આ વર્ણન કોઈ પણ પાશ્ચાત્ય વિદ્વાને બહિઃસ્રાવના કરેલા વર્ણન સાથે અક્ષરે અક્ષર મળતું આવે છે.

૪. બહિઃસ્રાવના સ્વરૂપના વિષયમાં પૂર્વીય અને પાશ્ચાત્ય વિદ્વાનોની વચ્ચે મોટો મતભેદ છે.

'**વીર્ય–જન્તુ**' એ આયુર્વેદમાં બહિઃસ્રાવને માટે વીર્યજન્તુ **શબ્દ શું ઉચિત છે?** (સ્પર્મેટોઝુઆ) શબ્દ ક્યાંઇ પણ જોવામાં આવતો નથી. ફક્ત 'શુક્ર' શબ્દનો જ પ્રયોગ કરવામાં આવેલો છે.

અંડકોષના બહિઃસ્રાવના વિષયમાં બે કલ્પનાઓ છે. આયુર્વેદના કથનાનુસાર 'શુક્ર' એ જ બહિઃસ્રાવ છે, અને પાશ્ચાત્ય ડૉક્ટરી વિજ્ઞાન પ્રમાણે 'વીર્યજન્તુ' (સ્પર્મેટોઝુઆ) એ બહિઃસ્રાવ છે. યાદ રાખવું જોઇએ, કે આયુર્વેદમાં 'શુક્ર'ને બહિઃસ્રાવ કહેવાની સાથે વીર્યજન્તુઓનો નિષેધ કરવામાં આવેલો નથી. જો એ શુક્રનું નામ 'શુક્રજન્તુ' રાખવામાં આવે તો તેથી આયુર્વેદને કોઇ હરકત નથી.

પરન્તુ શું બહિઃસ્રાવનું નામ 'શુક્ર–જન્તુ'–'વીર્ય–જન્તુ' રાખી શકાય ખરૂં? શું એ હાલતા–ચાલતા ગતિમાન્ પદાર્થમાં કોઇ જુદી ચેતનતા છે? તેમાં મનુષ્યના આત્માથી શું કોઇ જુદો આત્મા છે? કે મનુષ્ય પ્રાણીની ભૌતિક ચેતનતાનું જ એ એક રૂપાન્તર માત્ર છે?

અમારા મત પ્રમાણે ઉત્પાદક વીર્યને જન્તુ-વિશેષ કહેવું એ યેાગ્ય નથી. એમાં ગતિ હોવાથી-તેમાં હલન-ચલન હોવાથી તેને પાશ્ચાત્ય ડૉક્ટરોએ સ્પર્મેટોઝુઆ અથવા ચેતનતા-વિશિષ્ટ જન્તુનું નામ આપેલું છે, પરન્તુ વાસ્તવમાં એ શુક્ર (વીર્ય) જ છે. ભારતીય આયુર્વેદની સાથે અધ્યાત્મશાસ્ત્ર પણ મળેલું છે: જો શુક્ર (વીર્ય) ને શુક્ર-જન્તુ નામ આપવામાં આવે, તેા તેમાં મનુષ્યથી કોઇ જુદી ચેતનતા માનવાનેા ભાવ વ્યક્ત થાય, પરંતુ ભારતીય અધ્યાત્મશાસ્ત્ર એ પ્રમાણે કબુલ કરતું નથી. આ કારણથી આયુર્વેદમાં શુક્રને શુક્ર-જન્તુ નામ આપવામાં આવેલું નથી; અને એ નામ આપવું ઉચિત લાગતું પણ નથી. તેને 'જન્તુ' નામ શા માટે આપવું જોઇએ? એની ગતિનું કારણ એની કોઈ જુદી ચેતનતા નથી. શુક્ર-જન્તુઓની ગતિ અથવા ચેતનતા, મનુષ્યના મસ્તિષ્કની ગતિ અથવા ચેતનતાથી ઉત્પન્ન થાય છે; અને તેથી એને યથાર્થ રીતે 'શુક્ર' અથવા 'વીર્ય' નામ જ આપવું જોઇએ, 'શુક્ર-જન્તુ' કે 'વીર્ય-જન્તુ' નામ નહિ. હા, કેવળ વ્યવહારને માટે-એમાં ગતિ દેખાય છે એટલા માટે-જો એને 'જન્તુ' કહેવામાં આવે તેા અમને કોઈ હરકત નથી. અમને હરકત તેા ત્યારે જ થાય, કે જ્યારે એ દરેક જન્તુમાં જુદો જુદો આત્મા માનવામાં આવે.

વીર્યને માટે એક ત્રીજા પ્રકારની માન્યતા.

ભારતીય વૈદ્યકશાસ્ત્રની માન્યતા, અને પાશ્ચાત્ય ડૉક્ટરી માન્યતા સિવાય વીર્ય સંબંધી એક ત્રીજી માન્યતા છે. એ ત્રીજી માન્યતા ધરાવનાર વિચારકો કહે છે, કે ઉત્પાદક વીર્ય (સ્પર્મેટોઝુઆ)ની ઉત્પત્તિ લોહી અથવા અંડકોષમાંથી નહિ, પણ સીધી જ મસ્તિષ્કમાંથી થાય છે. તેઓ એમ માને છે, કે "વીર્યનેા

નાશ એ મસ્તિષ્ક (મગજ)નો નાશ છે, કારણ કે વીર્ય અને મસ્તિષ્ક બંને એક જ જાતના પદાર્થ છે." એમાં સંદેહ નથી, કે વીર્ય અને મસ્તિષ્કને બનાવનાર રાસાયનિક પદાર્થો એ એક જ જાતના પદાર્થો છે. બંનેની તુલના કરવાથી તેમનામાં માત્ર બહુ જ થોડું જુદાપણું જોવામાં આવેલું છે. મોટે ભાગે તેઓ એક જ જાતના પદાર્થો છે. આ વિષય પર ઘણો ઉંડો અભ્યાસ કરવાની જરૂર છે. જો રસાયનશાસ્ત્રથી એમ સ્પષ્ટ સાબીત થઈ જાય, કે ઉત્પાદક વીર્ય અને મસ્તિષ્ક (મગજ)ની રચનામાં કોઇ ભેદ નથી—એક જ પદાર્થોના બનેલા છે—તો બ્રહ્મચર્યની તરફેણમાં એક અકાટ્ય દલીલ ઉભી થઇ શકે.

અમેરિકન ડૉકટરો કહે છે કે મગજ અને વીર્ય એ એક જ જાતના દ્રવ્યના બનેલા છે.

આ સિદ્ધાન્તનો સૌથી મોટો સમર્થક અમેરિકાનો પ્રસિદ્ધ ડૉ. એન્ડ્રૂ જેક્સન ડેવિસ હતો. તે આ સંબંધમાં પોતાના પુસ્તક 'એન્સર્સ ટુ એવર રીઅકરિંગ કવેશ્ચિઅન્સ ફ્રોમ ધી પીપલ'માં આ પ્રમાણે લખે છે:—

"કેટલાક શારીરશાસ્ત્રજ્ઞોએ એવો ભ્રમભરેલો વિચાર ફેલાવી દીધો છે, કે વીર્યની ઉત્પત્તિ લોહીમાંથી થાય છે. આ સિદ્ધાન્તથી બુદ્ધિમાન્ વ્યભિચારીઓ ખૂબ ફાયદો ઉઠાવે છે. તેઓ કહે છે, કે જો લોહીમાંથી વીર્ય બની અંડકોષ દ્વારા પ્રકટ થાય છે, તો પછી ખાઇપીને નવું લોહી બનાવી એ વીર્યની પૂર્તિ કરી શકાય છે. એ લોકો કોઇ જાણતા નથી. વાસ્તવમાં ખરૂં એ છે, કે ઉત્પાદક વીર્ય—વીર્યજન્તુ—અથવા

ડૉ. એન્ડ્રૂ જેક્સન ડેવિસ કહે છે, કે વીર્યની ઉત્પત્તિ મગજમાંથી થાય છે.

સ્પર્મેટોઝુઆની ઉત્પત્તિ મસ્તિષ્કમાંથી થાય છે, અને બીજા પ્રવાહીની સાથે મળી તે અંડકોષોમાં બહિઃસ્રાવના રૂપમાં પ્રગટ થાય છે.

"ઉત્પત્તિનું કાર્ય જીવનનાં બધાં કાર્યોમાં ઘણું મોટું અને થકાવી નાખનારૂં કાર્ય છે. એમાં મનુષ્યની દરેક શક્તિ, દરેક ભાવ, તથા શરીર અને મનનો દરેક હિસ્સો ભાગ લે છે. મસ્તિષ્કમાંથી ઉત્પન્ન થએલો પ્રત્યેક વીર્યજન્તુ જો બહાર નીકળે છે, તો મસ્તિષ્કના એટલા અંશનો પૂરો નાશ થયો સમજવો જોઇએ.

"શારીરિક પરિશ્રમ, માનસિક કાર્ય, તથા બીજા કોઈ પણ કાર્ય તરફ એક ધ્યાને મંડી રહેવાથી 'વીર્યજન્તુ' અથવા 'સ્પર્મેટોઝુઆ' મસ્તિષ્કની અંદર જ ખપી જાય છે. જો વીર્યજન્તુઓનો ફક્ત સંતાન–ઉત્પત્તિકાર્યમાં જ ઉપયોગ કરવામાં આવે, તો મનુષ્યની શારીરિક અને માનસિક શક્તિઓનો નાશ થતો બચી જાય.

"એટલા માટે એ સ્મરણ રહેવું જોઇએ, કે ઉત્પાદક પદાર્થો (વીર્ય)નો યોગ્ય કરતાં અધિક ઉપયોગ કરવો, અથવા કુદરતના નિયમોનું ઉલ્લંઘન કરવું, એ મસ્તિષ્ક (મગજ) પર અત્યાચાર કરવા સમાન છે. એમ કરવાથી મગજની દરેક જાતની બિમારીઓ થવાની પૂરી સંભાવના છે. જે લોકો પર બાલકોની જવાબદારી છે, એમણે આ વાત કદી પણ ભૂલવી ન જોઇએ."

મસ્તિષ્ક અને વીર્યમાં કોઇ ખાસ સંબંધ અવશ્ય છે. વીર્યનાશની મગજ પર સીધી અસર થાય છે, એ કોઇથી પણ અજાણ્યું નથી. ડૉ. કોવન એમ માને છે, કે મગજમાંથી એક

દ્રવ (રસ) ઉત્પન્ન થઈ શરીરના એ ભાગ તરફ વહેવા લાગે છે, કે જે ભાગ તરફ માણસોનો મનોભાવ કેન્દ્રિત થએલો હોય છે. ડૉ. હોલ વળી એમ કહે છે, કે અંડકોષમાંથી એક પદાર્થ ઉત્પન્ન થઇ મસ્તિષ્કમાં પહોંચે છે, અને ત્યાંથી તે યૌવન અવસ્થામાં પ્રકટ થનાર બધા શારીરિક અને માનસિક પરિવર્તનોને ઉત્પન્ન કરે છે. ડૉ. બ્લોશ એમ માને છે, કે મસ્તિષ્ક તથા વીર્યનો પરસ્પરનો સંબંધ લાંબા વખતથી માનવામાં આવેલો છે. એટલે સુધી કે શેલિંગ 'નેચરલ ફિલોસોફી'માં મસ્તિષ્કને માટે "અંડકોષના રસથી બનેલું મગજ' એવું નામ આપતો જોવામાં આવે છે.

વીર્યના સ્વરૂપના સંબંધમાં ત્રણ મુખ્ય વિચારોનો ઉલ્લેખ અહીં એટલા માટે કરેલો છે, કે જેથી પ્રત્યેક વ્યક્તિ એમ સમજી શકે, કે વીર્ય–રક્ષા એ કેટલી મહત્ત્વની છે, અને એના વિના જીવી શકવું મુશ્કેલ છે. ત્રણે પ્રકારના વિચાર તત્ત્વતઃ એક જ છે. આજના આપણા નવયુવકો પાશ્ચાત્ય વિચારોના પડદાની પાછળ પોતાની નિર્બળતાઓને છુપાવવાનો પ્રયત્ન કરે છે, જાણી જોઇને પોતાને છેતરે છે, પરન્તુ તેમણે પોતાના આત્માનો અવાજ સાંભળીને અવશ્યમ્ભાવી નાશમાંથી બચવાની મહેનત કરવી જોઇએ. પશ્ચિમીય વિજ્ઞાનમાં આ વિષય સંબંધી આજ સુધીમાં જેટલું લખાયું છે, તે બધું બ્રહ્મચર્યનું જ પ્રતિપાદન કરે છે, એનો દુરુપયોગ કરવાનો યત્ન ન કરી તેમાંથી કાંઇ જ્ઞાન લેવું જોઇએ. ડૉ. સ્ટૉલે પોતાના પુસ્તક 'વૉટ એ યંગ હસ્બંડ ઑટ ટુ નો?'ની અંદર જીવનશાસ્ત્રની દૃષ્ટિએ વીર્ય–રક્ષા સંબંધી ઘણા સુંદર વિચાર નીચે પ્રમાણે દર્શાવ્યા છેઃ—

"જે લોકો વૃક્ષની રક્ષા કરવાનું જાણે છે, તેઓને એ

ખબર હોય છે, કે વૃક્ષના સૌન્દર્યને કાયમ રાખવાને માટે જેટલો બને તેટલો તેનો ફલોત્પાદનનો સમય પાછો હઠાડવો જોઇએ. જ્યાં સુધી તેનાં બીજ નહિ બનવા દઇએ, ત્યાં સુધી તે વૃક્ષ પત્ર-પુષ્પોથી ભરેલું લીલું કુંજાર રહી શકશે. પુષ્પનાં બીજ બનવાની સંભાવનાને દૂર કરી દો, એટલે પછી તમે જોશો, કે તે પુષ્પો પહેલાં કરતાં કેટલો વધારે વખત ખીલેલા રહે છે. જન્તુઓનું પણ એ જ પ્રમાણે છે. જ્યારે તેમનું વીર્ય નષ્ટ થવાની સંભાવના દૂર કરવામાં આવે છે, ત્યારે તેઓ પોતાની જ જાતિના બીજા જંતુઓ કરતાં ઘણું વધારે જીવે છે. પતંગીઆઓ (બટર ફ્લાઈ) પર પ્રયોગ કરીને જોવામાં આવેલું છે, કે જ્યારે જનન-શક્તિનો ઉપયોગ કરનાર પતંગીઆઓ થોડા દિવસોના જ મહેમાન રહી શક્યા હતા, ત્યારે જનન-શક્તિનો ઉપયોગ કરવાથી દૂર રાખેલું એક પતંગીઉં બે વર્ષ કરતાં પણ વધારે વખત જીવી શક્યું હતું."

વીર્ય-રક્ષાનું પરિણામ જાણવાને ડૉ. સ્ટૅાલે (બટર ફ્લાઇ) પતંગીઆ પર કરેલા પ્રયોગ.

આવા પ્રયોગો પરથી વીર્ય-રક્ષા એ જીવનને માટે કેટલી બધી મહત્ત્વની છે, અને એનો દુરુપયોગ કરવાથી કેટલું ભયંકર નુકસાન છે, એ કંઈ પણ શંકા વગર સમજી શકાય છે.

પ્રકરણ ૧૭ મું.

વીર્ય-રક્ષા એ જ જીવન છે,
વીર્યનાશ એ જ મૃત્યુ છે.

બાલ્યાવસ્થામાં શરીરવૃદ્ધિ ઝપાટાબંધ શા માટે થાય છે?

શરીરની બાલ્યાવસ્થામાં-પ્રારંભિક અવસ્થામાં-સંચય-શક્તિ (એટલે એકઠું થવાની શક્તિ) બળવાન્ હોય છે. તે વખતે આપણે ખાઇએ છીએ-પીએ છીએ, અને મોજ ઉડાવીએ છીએ. કોઇ પ્રકારની ચિન્તા નથી કરતાં. શરીર વધતું જાય છે. ક્યાં બાલ્યાવસ્થાનું એક હાથનું નાનું સરખું પુતળું, અને ક્યાં ૭ ફુટની લાંબી-પહોળી કાયા! એ શરીરવૃદ્ધિમાં આંખ, કાન, નાક, અંગ-પ્રત્યંગ અને આત્મા એના એ જ હોય છે; ફક્ત નાની વસ્તુ મોટી બની જાય છે, હલકી વસ્તુ ભારે બની જાય છે. એ આશ્ચર્યજનક શરીરવૃદ્ધિનું કારણ શરીરની સંચય-શક્તિ બળવાન્ હોય છે એ છે. એ જ કારણથી આ દેહ ઉન્નત થએલો-વૃદ્ધિ પામેલો-દેખાય છે.

પરન્તુ શરીરની એ ઉન્નતિ ચિરસ્થાયિની નથી. દિવસ ઉગીને પાછો નમે છે, લહેર ઉઠીને પાછી ભાંગી જાય છે.

શરીરવૃદ્ધિ થયા પછી તે અટકી પડે છે.

શરીર પણ હૃષ્ટ–પુષ્ટ બનીને પાછું ક્ષીણ થવા માંડે છે. 'સંચય'ની પછી 'વિચય' (એટલે ખાલી થવું તે) શરૂ થાય છે. જીવનની પછી મૃત્યુ પગલાં માંડે છે. આપણે દરરોજના વ્યવહારમાં જોઇએ છીએ, કે માણસની સમૃદ્ધ થતી શક્તિઓ અમુક વખતે થંભી જાય છે–કેટલીક વખત તેનું પતન થવા માંડે છે. માણસ જેવો ને તેવો નથી ટકી રહેતો. આ ઉન્નતિ–અવનતિનું કારણ શું? આ પરિવર્તન કેમ?

જેમણે સંચયની પછી વિચય, અથવા ઉન્નતિની પછી નાશના અવશ્યમ્ભાવી ચક્ર પર વિચાર કરેલો છે, તેઓ એમ કહે

શરીરવૃદ્ધિ થયા પછી તેનો હ્રાસ શા માટે થવા માંડે છે?

છે, કે એમ થવાનું કારણ જીવનની પ્રૌઢ અવસ્થા પછી બે પરસ્પર વિરુદ્ધ પ્રવૃત્તિઓની વચ્ચે સંઘર્ષણ થવા માંડે છે, એ છે. શરીરવૃદ્ધિની સ્વાર્થમયી પ્રવૃત્તિ, પ્રજા–ઉત્પત્તિની સમર્થ પ્રવૃત્તિ આગળ દબાઈ જાય છે. માણસ ઘર બનાવી બેસી જાય છે. પોતાના શરીરમાં સંચય કરવો પડતો મૂકી સંતાન–ઉત્પત્તિ કરવાનો પ્રારંભ કરે છે. કુદરત ખેલ કરતી કરતી તેને પોતાની આંગળીઓ પર નચાવે છે. પોતાનાં સંતાનને માટે કઠિનમાં કઠિન કષ્ટ ભોગવવાને તે તૈયાર થઇ જાય છે. કુદરતી રીતે જ સ્વાર્થની અવસ્થા પછી સ્વાર્થ–ત્યાગની અવસ્થા આવી પહોંચે છે.

માણસની 'શક્તિઓનો હ્રાસ' અને 'પ્રજા–ઉત્પત્તિ' એ બંને

એક જ વખતે શરૂ થાય છે. પ્રજા-ઉત્પત્તિ પછી અધિક શારીરિક ઉન્નતિની સંભાવના રહેતી નથી. જે તત્ત્વને પ્રતાપે શારીરિક ઉન્નતિ થઇ શકતી હતી, તે તત્ત્વ પ્રજોત્પત્તિના કાર્યમાં વપરાય છે. પછી શારીરિક ઉન્નતિ અટકી કેમ ન પડે ?

પ્રજોત્પત્તિના પ્રારંભ પછી માણસના કદમ મૃત્યુની તરફ ઉપડવા માંડે છે.

પ્રજા ઉત્પન્ન કરવી એ ખરાબ કામ નથી, પરંતુ તેથી તેનું જે અનિવાર્ય પરિણામ આવે છે, તે કાંઈ રોકી શકાતું નથી. પ્રજોત્પત્તિનો પ્રારંભ થતાંની સાથે જ શારીરિક શક્તિઓનો હ્રાસ શરૂ થાય છે. સંચય-શક્તિને વિચય-શક્તિ આવીને ઘેરી લે છે. માણસનાં કદમ મૃત્યુની તરફ ઉપડવા માંડે છે. એનું કારણ એ છે, કે માણસની સંજીવની શક્તિ શરીરની બહાર નીકળવા માંડે છે. જ્યારે સંજીવની શક્તિથી શરીર છલકાઈ જાય છે, ત્યારે ઉત્પત્તિ-કાર્ય કરવામાં કોઇ પણ પ્રકારની હાનિની સંભાવના નથી, પરન્તુ તેમ થતાં પહેલાં ઉત્પત્તિ-કાર્ય શરૂ કરવામાં આવે, તો માણસ નાશથી કોઇ પણ રીતે બચી શકતો નથી. પ્રજા-ઉત્પત્તિ એ શરીરવૃદ્ધિની સંપૂર્ણતા પછીનું સ્વાભાવિક પરિણામ માત્ર હોવું જોઇએ. એનું નામ 'બ્રહ્મચર્ય' છે. કોઇ પણ વખતે જ્યારે શરીર-વૃદ્ધિના સમયમાં પ્રજોત્પત્તિ કરવામાં આવે છે, ત્યારે બ્રહ્મચર્યના નિયમોનું ઉલ્લંઘન થાય છે. શરીરવૃદ્ધિ અથવા સંચયની અવસ્થામાં વીર્યનો હસ્તમૈથુન, વ્યભિચાર, અથવા બાલવિવાહ આદિ કોઈ પણ પ્રકારે નાશ કરવો, એ મૃત્યુને નિમંત્રણ આપવા સમાન છે. કેમકે વીર્ય-રક્ષા એ જ જીવન છે—અને વીર્યનાશ એ જ મૃત્યુ છે.

ઉત્પત્તિ અને નાશનો સદાકાળથી પરસ્પર સંબંધ છે.

પ્રજોત્પત્તિમાં અને નાશનો ઓતપ્રોત સંબંધ

પ્રજોત્પત્તિમાં વીર્યનો ક્ષય થાય છે. એ વીર્ય–ક્ષયનો બદલો ચૂકવવાને પ્રત્યેક પ્રાણીને મૃત્યુનો બોજો માથે ઉઠાવવો પડે છે. જીવન–શાસ્ત્ર સંબંધી જે જે પુસ્તકો લખાયાં છે, તેમાંથી એવાં અનેક ઉદાહરણો મેળવી શકાય એમ છે, કે જેમાંથી ઉત્પત્તિ અને નાશનો સંબંધ સ્પષ્ટ રૂપે જોઇ શકાય છે. વાચકો વીર્ય–રક્ષાનું મહત્ત્વ જાણી શકે–ઉત્પત્તિ અને નાશનો સંબંધ જોઇ શકે, એ માટે અમે આ સ્થળે એવાં કેટલાંક ઉદાહરણો આપેલાં છે.

હેવલોક એલિસ પોતાના પુસ્તક ‘ એરોટિક સિમ્બોલિઝ્મ ’માં આ વિષય માટે પોતાના વિચાર દર્શાવતા લખે છે કેઃ—

પ્રજોત્પત્તિની ક્રિયા પછી મૃત્યુનાં કેટલાંક ઉદાહરણ.

“ વીર્ય–નાશથી જ્ઞાનતંતુઓ પર જે આઘાત થાય છે, અને તેથી આખા શરીરને જે ધક્કો લાગે છે, તે એટલો ભયંકર હોય છે, કે સંભોગ પછી તેનું ખરાબ પરિણામ આવવું સર્વથા સ્વાભાવિક છે. પશુઓમાં એવું પરિણામ ખુલ્લી રીતે જોવામાં આવેલું છે. પ્રથમ સંભોગની પછી કોઇ કોઇ વખત મોટા બળદ અને ઘોડા બેહોશ બનીને નીચે પડી જાય છે, સુઅર (ભુંડ) ચેતનતાહીન થઇ જાય છે, અને ઘોડીઓ પડીને મરી જાય છે. માણસોમાં પણ સંભોગ પછી કોઇ કોઇ વાર મૃત્યુ જોવામાં આવેલું છે; તેમજ સંભોગના થાકમાંથી અનેક ઉપદ્રવો પણ ઉત્પન્ન થઇ જાય છે. કોઇ કોઇ વાર નવયુવકોમાં પ્રથમ સંભોગથી બેહોશી તેમ જ ઉલટી વગેરે થાય છે, કોઈ કોઇ વાર હિસ્ટિરિઆ પણ થઇ આવે છે, અંગ ઢીલા પડી જાય છે, અથવા તિલ્લી

ફાટી જાય છે. સંભોગથી લોહીનું દબાણ ન સહન થવાથી કોઈ કોઈ વખત કેટલાકના મગજમાં લોહીની નસ ખુલી જાય છે; અર્ધાંગ વાયુ થઈ જાય છે. વૃદ્ધ પુરુષો વેશ્યાગમન પછીથી અનેક વખત મૃત્યુ પામતા જોવામાં આવે છે. અનેક પુરુષો નવ-વિવાહિતા સ્ત્રીના આલિંગનના આવેગને સહન ન કરી શકવાથી એ જ અવસ્થામાં પ્રાણવિહીન થઈ જાય છે.”

પ્રજોત્પત્તિના થાકનો પ્રથમ શિકાર કોણ બને છે?

મધમાખીઓની પ્રથમ આલિંગન વખતે જ જીવન-સમાપ્તિ થઈ જાય છે. પતંગીઆઓ (બટર ફ્લાઇ)નો શ્વાસ સંભોગની સાથે જ પૂરો થઈ જાય છે. કીડીઓને માટે પણ એમ જ છે. માછલીઓ સંતાન-ઉત્પત્તિ પછી એકદમ ક્ષીણ થઈ જાય છે-મૃત્યુ એમનાથી દૂર નથી રહેતું. જન્તુઓમાં—પતંગીઆઓમાં પ્રજોત્પત્તિ અને મૃત્યુ બંને એવી રીતે જોડાઇ ગએલાં છે, કે એકને બીજાથી છુટું પાડી શકાતું નથી. ઉંદર, ખીસકોલી, સસલાં, એ વગેરે પ્રાણીઓ કેટલીક વખત પ્રજોત્પત્તિના કાર્ય પછી મરી જાય છે. પક્ષીઓમાં સંભોગને પરિણામે મૃત્યુ જોવામાં આવતું નથી, પરન્તુ એનું નુકસાન કોઇ નહિ ને કોઇ રૂપે એમને પણ જરૂર થાય છે. જીવનની લહેરના આવેગમાં તેઓ જે મધુર ગીત ગાય છે, તે સુકાઇ જાય છે, ચિત્રકારોને ચકિત કરી નાખનાર પાંખના રંગ ઉડી જાય છે, નાચવું ભૂલી જાય છે; પગ ઢીલા પડી જાય છે. જેમ જેમ જીવન ઉન્નતિ તરફ જતું જાય છે, તેમ તેમ ઉત્પત્તિની સાથે જોડાએલું મૃત્યુ પણ પોતાના ભયંકર સ્વરૂપને સૌમ્ય બનાવતું બનાવતું આવતું જાય છે. તે પોતાના સ્વરૂપને સૌમ્ય ભલેને ગમે તેટલું બનાવે, તોપણ દુષ્પરિણામમાં

તો તે જેવું ને તેવું જ હોય છે. જીવનના દરેક ક્ષેત્રમાં ઉત્પત્તિના ચાકનો પ્રથમ શિકાર નાટકનો સૂત્રધાર–'નર' જ બને છે. મરવાનું હોય છે, તો તે જ પ્રથમ મરે છે, બેહોશ થવાનું હોય છે, તો તે જ પ્રથમ થાય છે. તે જ નાટકનું પ્રધાન પાત્ર છે, એણે જ રંગીલા બનીને ફાગ ઉડાવ્યા હોય છે, અને ખતમ થવાનું પણ એને જ છે. માદાનું જીવન પણ સંકટમાં આવી પડે છે, પરન્તુ નર કરતાં ઘણું ઓછું. ક્ષુદ્ર પ્રાણીઓમાં પ્રજોત્પત્તિની આગ ભયંકર રૂપ ધારણ કરી 'નર'ને તરત જ ભસ્મ કરી દે છે, અને માદાને થોડા વખત પછી ભસ્માવશેષ કરે છે. મનુષ્યમાં એ આગની જ્વાલા ધીમે ધીમે બળે છે. કોઇ વખત એ જ્વાલા ચમકી ઉઠે છે, ને કોઇ વખત દબાઈ જાય છે. એ જ્વાલાની ગરમીથી મનુષ્યની અનેક સૂતેલી શક્તિઓનો ક્રમિક વિકાસ થાય છે. પરન્તુ એ યાદ રાખવું જોઇએ, કે જો એ આગ ભભુકી ઉઠે છે, તેને પ્રચંડ બનાવવામાં આવે છે, તો એ જ આગ મનુષ્યનું બલિદાન લઇને પછી જ શાન્ત પડે છે.

જેડીસ અને થોમસને 'ધી ઇવોલ્યુશન ઑફ સૅક્સ'માં જે વિચાર પ્રકટ કરેલા છે, તે ઘણા જાણવા જેવા હોવાથી તેનો આ સ્થળે ઉલ્લેખ કરવામાં આવેલો છે. તે પુસ્તકમાં લખે છે કેઃ—

'માણસો મરવાનું છે, માટે પ્રજોત્પત્તિ કરતા નથી, પરન્તુ પ્રજોત્પત્તિ કરે છે માટે મરે છે.'

"મૃત્યુ અને ઉત્પત્તિનો સંબંધ ઘણો સ્પષ્ટ છે. પરન્તુ સાધારણ વાતચીતમાં એ સંબંધને શુદ્ધ સ્વરૂપે કહેવામાં આવતો નથી. લોકો કહે છે, કે સર્વ પ્રાણીઓને મરવાનું અવશ્ય છે, અને તેથી તેમણે સંતાન–ઉત્પત્તિ જરૂર કરવી જોઇએ.

એમ ન કરવામાં આવે, તો પ્રાણીઓનો સર્વથા લોપ થઈ જાય. પરન્તુ એ વાત બરાબર નથી. પછી શું થશે, અથવા પછી શું નહિ થશે. એવું વિચારનારાઓ આ જગત્‌માં થોડા છે. યથાર્થમાં પ્રાણીઓના જીવન-ઇતિહાસમાં જોવાથી એમ નથી માલમ પડતું, કે તેઓ 'મરવાનું છે માટે પ્રજોત્પત્તિ કરે છે', ઉલટું એમ માલમ પડે છે, કે 'તેઓ પ્રજોત્પત્તિ કરે છે માટે મરે છે.' ગેટેનું કથન સત્ય છે, કે 'મૃત્યુથી બચવાને આપણે પ્રજોત્પત્તિ નથી કરતા, પરન્તુ પ્રજોત્પત્તિ કરવાને લીધે આપણે મૃત્યુથી બચી શકતા નથી.'

વિજમેન અને ગેટે એ બંનેએ જુદા જુદા ઉદ્દેશથી એવા જંતુ-પતંગીઆનાં જીવન ઉદાહરણ તરીકે બતાવેલાં છે, કે જેઓ વીર્ય-પ્રવાહી બહાર નીકળવા પછી થોડા કલાકમાં જ મરી જાય છે. નરમાં વિચયશક્તિ (એટલે ખાલી કરવાની શક્તિ) વધારે છે, અને તેથી તેને નાશની સંભાવના પણ વધારે છે. કરોળીઓ સંભોગક્રિયા પછી મરી જાય છે. એનું એ પ્રકારનું મૃત્યુ બીજા પ્રાણીઓના મૃત્યુ પર પ્રકાશ નાખે છે. ઉચ્ચ કોટિના પ્રાણીઓમાં ઉત્પત્તિક્રિયાની સાથે જોડાએલો નાશનો ભાગ જરૂર ઓછો હોય છે, તોપણ પ્રેમનો બદલો લેવાને માટે મૃત્યુનું ભૂત બિલ્કુલ પીછો મૂકતું નથી. પ્રેમના પ્રભાતનો અંત ઘણુંખરૂં મૃત્યુની ઘોર નિશામાં જ હોય છે."

'પ્રેમના પ્રભાતનો અંત ઘણું ખરૂં મૃત્યુની ઘોર નિશામાં જ હોય છે'!

ઉપર્યુક્ત અવતરણમાંથી એક કથન ઘણું મહત્ત્વનું છે.

જેડ્રીસ અને થોમસન એમ કહે છે, કે પ્રાણિ-જગત્‌માં મરવાનું હોય છે, માટે ઉત્પત્તિ-ક્રિયા થાય છે, એમ નથી, પરન્તુ ઉત્પત્તિ-ક્રિયા કરે છે, માટે પ્રાણીઓ મરે છે. મૃત્યુ એ સંતાન-ઉત્પત્તિનું અનિવાર્ય પરિણામ છે. આ સિદ્ધાન્ત કાંઇ જેવા તેવા માણસોનો નથી, પરન્તુ જેમણે જીવન-શાસ્ત્રની પાછળ પોતાનાં જીવન ખર્ચેલાં છે, વિજ્ઞાન પર જેમનું ઋણ છે, એવી વ્યક્તિઓનો આ સિદ્ધાન્ત છે. અનુભવ એ સિદ્ધાન્તને ટેકો આપે છે. ઉત્પત્તિની સાથે વિનાશનો આ અખંડ સંબંધ જોઇને જ ઋષિ-મુનિઓએ બ્રહ્મચર્ય પર ઘણો ભાર મૂકયો હતો, બ્રહ્મચર્યના આદર્શને ઉત્તરોત્તર ઉચ્ચ બનાવવામાં આવ્યો હતો. વસુ બ્રહ્મચારી, રુદ્ર બ્રહ્મચારી, અને આદિત્ય બ્રહ્મચારી, એમાં વસુને નિકૃષ્ટ બ્રહ્મચારી ગણવામાં આવેલો હતો. કેવો ઉચ્ચ આદર્શ-કેવું ઉચ્ચ લક્ષ્ય! ચોવીસ વર્ષની ઉમ્મર સુધીના વસુ બ્રહ્મચર્યને પૂરતું ગણવામાં નથી આવ્યું-તેને નિકૃષ્ટ ગણવામાં આવેલું છે. તેનાથી ઉચ્ચ કોટિનું બ્રહ્મચર્ય છત્રીસ વર્ષનું, ને તેથી પણ ઉચ્ચ કોટિનું તે અડતાલીસ વર્ષનું બ્રહ્મચર્ય ગણવામાં આવતું. પ્રાચીન ઋષિઓએ બ્રહ્મચર્યના પ્રશ્નને વિવાદ અથવા વ્યાખ્યાનની જ વસ્તુ માત્ર બનાવી નહોતી. બ્રહ્મચર્યનો પ્રશ્ન તેમને માટે જીવન-મરણનો પ્રશ્ન હતો. એના પર એમણે એટલો વિચાર કર્યો હતો, કે જેવો વિચાર આજના વિદ્વાનો કોઈ સાયન્સના વિષય પર કરે છે. સંયમ અને બ્રહ્મચર્યને લક્ષમાં રાખીને તેમણે નિયંત્રિત પાઠશાળાઓ ચલાવી હતી, કે જેમનું નામ 'ગુરુકુલ' હતું. ગુરુકુલોમાં આજની સ્કૂલો કે કૉલેજોની માફક પુસ્તકો ગોખાવી વિદ્યાર્થીઓને ફક્ત પૈસા પેદા કરવાના મશીન બના-

ઋષિ-મુનિઓનો મહાન્ આદર્શ.

-વવાનો ઉદ્દેશ ન હતો. જેમ આજ પુસ્તકો ભણવા એ સ્કૂલોનો અંતિમ ઉદ્દેશ સમજવામાં આવે છે, એ જ પ્રમાણે બ્રહ્મચર્યનું પાલન કરવું, સંયમી જીવન ગાળવાનું શિક્ષણ આપવું, એ ગુરુકુલોનું મહાન્ ધ્યેય હતું. પ્રાચીન કાળમાં એ કાર્ય આજના શબ્દોમાં એક 'સાયન્સ'નું મહત્ત્વ ધરાવતું હતું, એને માટે મોટા મોટા મગજ દિનરાત કામે લાગતા હતા. ઋષિઓએ જીવનના મહત્ત્વપૂર્ણ પ્રશ્નનો જવાબ શોધી કાઢ્યો હતો, એ જવાબ હતો 'બ્રહ્મચર્ય.' તેમના નિયમ ઘણા સરળ હતા, પરન્તુ બ્રહ્મચર્યના ભાવથી પરિપૂર્ણ હતા. તેઓ કહેતા હતા, કે "**ब्रह्मचर्येण तपसा देवा मृत्युमुपाघ्नत**"- બ્રહ્મચર્યના તપથી દેવોએ મૃત્યુ પર વિજય મેળવ્યો; **ब्रह्मचर्य-प्रतिष्ठायां वीर्यलाभः**" બ્રહ્મચર્ય પાલનથી શારીરિક, માનસિક અને આત્મિક બળ પ્રાપ્ત થાય છે; "**मरणं बिन्दुपातेन जीवनं बिन्दुधारणात्**"-વીર્યના બિન્દુ-પાતથી મરણ છે, અને એ બિન્દુ-રક્ષણથી જીવનરક્ષણ છે. કેવાં નાનાં નાનાં સંસ્કૃતનાં સુંદર વાક્યો છે! પરન્તુ એમાં જીવનની વિકટ સમસ્યાઓના, જીવનશાસ્ત્ર અને શારીરશાસ્ત્રના કેવા મહત્ત્વપૂર્ણ પ્રશ્નના ઉકેલ ભરેલા છે!

પ્રકરણ ૧૮ મું.

બ્રહ્મચર્યના નિયમ અને ઋષિઓની બુદ્ધિમત્તા.

સંક્ષિપ્ત રૂપે બ્રહ્મચર્યના સિદ્ધાન્તો.

ઋષિઓએ બ્રહ્મચર્યના પ્રશ્ન પર સંપૂર્ણપણે વિચાર કર્યો હતો. સદાચારી જીવન કેવી રીતે વ્યતીત કરવું એ બાબતનો તેઓએ પૂરેપૂરો અભ્યાસ કર્યો હતો, અને તેને પરિણામે બ્રહ્મચર્યના નિયમો તેમણે ઘડયા હતા. આ પ્રકરણમાં અમે એ બ્રહ્મચર્યના નિયમોનો ઉલ્લેખ કરેલો છે. તે સાથે વળી એમ પણ બતાવવાનો યત્ન અમે કર્યો છે, કે ઋષિઓએ પ્રતિપાદન કરેલા નિયમો દેખીતી રીતે જો કે તદ્દન સાદા લાગે છે, પરન્તુ તેમાં ઉંડા મનોવૈજ્ઞાનિક સિદ્ધાન્ત સમાએલો છે. એમની આજ્ઞાઓ આ વિષયના આજના વિદ્વાનોએ કરેલી પરીક્ષાઓ, વૈજ્ઞાનિક સાબીતીઓ, અને સાર્વભૌમ અનુભવો પરથી અક્ષરશઃ સાચી માલમ પડે છે. નીચેના શ્લોકમાં બ્રહ્મચર્યના સિદ્ધાન્તો સંક્ષિપ્ત રૂપે સમાએલા છે:—

स्मरणं कीर्तनं केलिः प्रेक्षणं गुह्यभाषणम् ।
संकल्पोऽध्यवसायश्च क्रियानिर्वृत्तिरेव च ॥
एतन् मैथुनमष्टांगं प्रवदन्ति मनीषिणः ।
विपरीतं ब्रह्मचर्यमेतदेवाष्ट लक्षणम् ॥

આ શ્લોકમાં આઠ પ્રકારના મૈથુનનો નિષેધ કરવામાં આવેલો છે. ઉપનયન–સંસ્કાર વખતે '**મૈથુનં વર્જય**' એ ઉપદેશ દ્વારા ઉપરના આઠે પ્રકારના મૈથુનનો નિષેધ કરતાં કહેવામાં આવે છે, કે 'હે બાલક! યૌવનકાળમાંથી પસાર થતી વખતે આઠ પ્રકારનાં મૈથુનોથી તું દૂર રહેજે. ધ્યાન, વાર્તા, સ્પર્શ, ક્રીડા, દર્શન, આલિંગન, એકાન્ત–વાસ, અને સમાગમ, એમાંથી કોઈની અંદર પણ તું ફસાઈશ નહિ, વીર્ય–રક્ષા કરજે. જે માણસ એમાં ફસાય છે, તે કોઈ પણ સ્થિતિમાં બ્રહ્મચારી રહી શકતો નથી.'

આત્મ–સંયમ અને વીર્ય–રક્ષાને માટે એ ઉપદેશ બ્રહ્મચારીને ગુરુકુલમાં દાખલ થતી વખતે જ આપવામાં આવતો હતો. એ ઉપદેશનો સંક્ષેપમાં એ આશય છે, કે જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવાની પાંચે ઇન્દ્રિયોને તેના માર્ગ પરથી ચલિત થવા દેવી ન જોઈએ. એ ઇન્દ્રિયોનો હંમેશાં સદુપયોગ જ કરવો જોઈએ. એને ભટકવા ન દેવી જોઈએ. બ્રહ્મચર્યના ઉપદેશમાં દરેક ઇન્દ્રિય પર કાબુ રાખવા માટે ખાસ ભાર મૂકવામાં આવેલો છે. સંધ્યા–ઉપાસનામાં દરેક ઇન્દ્રિયનું નામ લઈ તેને સીધે માર્ગે ચલાવવાની પ્રેરણા કરવામાં આવી છે. કોઈ પણ ઇન્દ્રિયના દુરુપયોગથી બ્રહ્મચર્યહાનિની જ સંભાવના છે, અને

પાંચે જ્ઞાનેન્દ્રિયો પર કાબુ રાખવો એ બ્રહ્મચર્યનું રહસ્ય છે.

તેથી ઋષિઓએ પ્રત્યેક ઇન્દ્રિયોને લક્ષમાં રાખી એવી આજ્ઞાઓ પ્રચલિત કરી હતી કે જેનું પાલન કરવાથી બ્રહ્મચર્ય-હાનિની સંભાવનાને સર્વથા અટકાવી શકાય. તેમની એ આજ્ઞાઓનો આધાર પૂરેપૂરો વૈજ્ઞાનિક (સાયન્ટિફીક) છે. એ બતાવવાને માટે અમે પ્રાચીન ઋષિઓની દૃષ્ટિએ, અને આજના વિદ્વાનોની દૃષ્ટિએ એ પાંચે ઇન્દ્રિયો સંબંધી થોડું વર્ણન અહીં કરેલું છે.

૧. રૂપ-ઇન્દ્રિય.

માણસના મનોવિકાર જાગ્રત્ કરવામાં આંખોનો ઘણો મોટો હિસ્સો છે. એ માટે સંયમી માણસને તેનાપર કાબુ

રાખવાની ઘણી આવશ્યકતા છે. આજ-

પ્લેટો કહે છે, કે નાટકો કાલના શહેરોનું જીવન બાળક અને જોવામાં માણસ પર બાલિકાઓની સામે અધઃપતન અને કૃત્રિમ વસ્તુનો પ્રભાવ નાશના દરવાજા ખુલ્લા કરી દે છે. કુદરતી વસ્તુ કરતાં તેઓ જે તરફ નજર માંડે છે,

વધારે પડે છે. તે તરફ તેમને બલાત્કારે ખેંચી જનાર

પ્રલોભનો ધસી આવતા દેખાય છે.

તેઓ પોતાને રોકી શકતા નથી. દરેક શહેર નાટક-સિનેમાથી ભરેલું છે. નાચ, સંગીત, રંગ-રૂપ એ બધા મળીને નવયુવકો પર ધસારો કરે છે, તે બિચારાઓ સામર્થ્ય ન હોવાથી દબાઈ જાય છે. તત્ત્વવેત્તા પ્લેટો નાટકો જોવાના સંબંધમાં લખે છે, કે એની મારફતે માણસ પર કૃત્રિમ વસ્તુઓનો પ્રભાવ વાસ્તવિક વસ્તુઓ કરતાં વધારે પડે છે. મનોવૈજ્ઞાનિક (મેન્ટલ સાયન્ટિસ્ટ) વિલિઅમ જેમ્સ આ જ વિષયમાં એક એવી રશિઅન મહિલા વિષે ઉલ્લેખ કરે છે, કે તે નાટકમાં ટાઢથી થરથરતા માણસને જોઇને આંસુ સારતી હતી, જ્યારે તેનો

ઘોડા, અને ગાડી હાંકનાર, લોહી થિજાવી નાખે એવી રશિઆની ભયંકર ટાઢમાં થિએટરની બહાર ધ્રુજતા હતા! નાચ જોવાનો શોખ યુરોપ અને હિંદમાં સારી રીતે છે, પરન્તુ એના ભયંકર પરિણામોની તરફ આંખો ખોલીને જોવામાં આવતું નથી; તે દેખતી આંખનો અંધાપો છે. ડૉ. કેલોગ પોતાના પુસ્તક 'પ્લેઇન ફેક્ટસ'માં લખે છે, કેઃ—

નાચ–તમાશા જોવા માટે ડૉ. કેલોગ શું કહે છે?

"નાચવાનું દૃશ્ય જોવાથી મનોભાવ ઉત્તેજિત થઇ જાય છે, કુવાસનાઓ જાગી ઉઠે છે, અને તેથી માણસ કુકર્મોમાં પ્રવૃત્ત થઇ જાય છે. એવાં કુકર્મો સઘળા સદાચારને ધક્કો પહોંચાડે છે; તથા માણસની શારીરિક અને માનસિક ઉન્નતિના ઘાતક બને છે."

નેત્ર–ઇન્દ્રિયનો આ દુરુપયોગ પ્રાચીન ઋષિઓથી અજાણ્યો ન હતો. તેઓએ એ કારણથી બ્રહ્મચર્યના નિયમોનું વર્ણન કરતી વખતે '**नर्तनं गीतवादनम्**'—એટલે નાચ, ગાનતાન આદિનો એકદમ નિષેધ કર્યો હતો.

દર્પણના વધારે પડતા ઉપયોગ માટે હેવલોક એલિસ શું કહે છે?

બ્રહ્મચર્યના નિયમોમાં દર્પણ જોવાનો પણ નિષેધ છે. એનું કારણ એ છે, કે દર્પણ જોવાથી કેટલાક નવયુવકોમાં અનુચિત માનસિક ભાવ ઉત્પન્ન થાય છે. આ બાબત પર હેવલોક એલિસ પોતાના પુસ્તક 'સેક્ષુઅલ સિલેક્શન ઇન મેન'માં લખે છે કેઃ—

"આજકાલ વેશ્યાઓના મકાનમાં તથા બીજી મોહક જગાઓ પર

સર્વત્ર દર્પણનો ઉપયોગ મોટા પ્રમાણમાં થતો જોવામાં આવે છે. ભોળા બાળક–બાલિકાઓ પોતાને દર્પણમાં જોઇ પોતાના વિષયમાં તરેહ તરેહની કલ્પનાઓ કરવા લાગે છે; અને એ રીતે સૌથી પ્રથમ દર્પણદ્વારા જ કુ–વાસનાઓનું બીજ તેમ-નામાં પડે છે.”

એલિસના કથનમાં કિંચિત્ માત્ર પણ સંદેહ શું છે ખરો? દર્પણનો ઉપયોગ ફેશનને માટે વધતો જાય છે. યુવકો કાચની અંદર ચહેરાની એક–એક રેખા નિહાળે છે, તેમના હૃદયમાં જાત જાતની ભાવનાઓ ઉઠે છે, એ સ્થિતિમાં બ્રહ્મચર્યની પૂરેપૂરી રક્ષા શું થઇ શકે ખરી?

પાંચે જ્ઞાન–ઇન્દ્રિયોદ્વારા માણુસનું પતન કેવી રીતે થાય છે, એ વિષે લખતાં લખતાં વચમાં ‘મોકો’ વિષે લખવું પ્રકરણાન્તર નહિ ગણાય, કારણ કે ‘મોકો’ મળવા દેશો એ ‘મોકો’ મળતાં જ ‘રૂપ’ વગેરે જ નહિ, નહિ તો શત્રુ માણુસ પર ધસી આવે છે. સમજજો કે ‘મોકો’ એ માણુસના પતનનું પાયમાલી. લગભગ સૌથી મોટું સાધન છે. બાલક–બાલિકાઓનું પતન થવામાં એ ‘મોકો’ જ મળી જાય છે. મોટી ઉમ્મરના સ્ત્રી–પુરુષોનું અધઃપતન થવામાં પણ એ ‘મોકો’ જ ઘણો અગત્યનો ભાગ ભજવે છે. ‘મોકો’ એવી વસ્તુ છે, કે જે મળતાં જ માણુ-સનાં ધર્મ–કર્મ કૂચ કરી જાય છે. સંસારને ઉપદેશ આપનાર ધર્માત્માઓ પણ એ ‘મોકો’ મળી જવાથી જ આત્મહત્યાનું પાપ કરી બેસે છે.

બાલકોને એમને એમ રખડતા છોડી દેવા એ ઘણું મોટું

પોતાનાં સંતાનો માટે માતાપિતાની એક મૂર્ખ માન્યતા.

પાપ છે. જો તેમની દરેક હીલચાલપર પ્રેમભર્યા અંકુશની આંખ નથી રાખવામાં આવતી, તો તેઓ ગંદા કૃત્યો તરફ સ્વાભાવિક રીતે જ વળી જાય છે. પોતાનાં સંતાનની પવિત્રતાના જ ગીત ગાતાં જ્યારે અમે માતાપિતાઓને સાંભળીએ છીએ, ત્યારે અમને માતાપિતાઓની એ મૂર્ખ માન્યતા માટે હસવું આવે છે. તેઓ એમ સમજે છે, કે પોતાનાં સંતાન ગામની ગલીઓમાં કામ વગરના નવરા રખડવા છતાં પણ ચારિત્ર્યમાં કોઈ પણ રીતે બગડી શકતા નથી. તેઓ તેમના બાલકો માટે ચારિત્ર્યભ્રષ્ટતાનો એક શબ્દ પણ સાંભળવાને તૈયાર નથી હોતા, એવું સંભળાવનાર માણસ તેમને કડવો લાગે છે, તેના પ્રત્યે તેઓ ગુસ્સો કરે છે! આ તેમની કેટલી બધી ભૂલ છે! બાલકો જ્યાં સુધી કામમાં ગુંથાએલા હોતા નથી, ત્યાં સુધી તેમની પાસેથી સદાચારની આશા રાખવી એ નિરાશાને નિમંત્રણ આપવા સમાન છે. કામમાં ગુંથાએલા બાલકોને અપશબ્દો બોલવાનો, સાંભળવાનો, કે શીખવાનો 'મોકો' જ મળતો નથી; તેઓ પોતાના અધઃપતનનો પાઠ શીખી જ શકતા નથી. એટલા માટે જ પ્રાચીન ઋષિઓએ વેદારંભ સંસ્કારના ઉપદેશમાં બાલકોને સૌથી પ્રથમ ઉપદેશ એ આપેલો છે, કે 'કર્મ કુરુ'–કામ કરો, નવરા ન બેસો, પોતાની શક્તિઓનો પ્રતિક્ષણ સંચય અને સદુપયોગ કરો. જે બાલકોને બગડવાનો 'મોકો' મળી જાય છે, તેનાં દુઃખ અને નાશ આપણી આંખોની સામે આપણે જોવાં પડે છે. 'સેક્ષુઅલ લાઇફ ઓફ ધી ચાઇલ્ડ'નો લેખક એક બાલકને માટે લખે છે, કેઃ—

" હું એક ચૌદ વર્ષની ઉમ્મરના બાલકને ઓળખું છું, કે જે બાલક નિયમિતપણે ચર્ચમાં જતો હતો, અને ઘણો મહેનતુ હતો. તેને અમુક બિમારી લાગુ પડેલી હોવાથી તેની માતા એ બાલકને મારી પાસે તપાસ માટે લાવી. તપાસ કરતાં માલુમ પડયું, કે તેને વીર્યદોષનું (સિફિલિસ જેવું) દર્દ લાગુ પડેલું હતું. મેં તેની માતાને જે હતું તે બધું સંભળાવી દીધું. એ સાંભળતાં જ મારા તરફ એ માતા ક્રોધે ભરાઈ. ક્રોધે એટલા માટે ભરાઇ કે તે પોતાના બાળકની ગંદી વાતો સાંભળવાને મુદ્દલ રાજી ન હતી. વધારે તપાસ કરતાં માલમ પડયું, કે તે બાળક તેર વર્ષની ઉમ્મર પહેલાંથી જ વેશ્યાઓની પાસે જતો આવતો હતો. "

એ બાળકની જે સ્થિતિ હતી, એના જેવી કોણ જાણે કેટલાય બાળકોની સ્થિતિ હશે. પરન્તુ માતાપિતા પોતાના બાળકને માટે એ બધું સાંભળવાને મુદ્દલ તૈયાર નથી હોતા; અને જ્યાં સુધી બાલકનો સર્વનાશ તેમની આંખોની સામે આવીને ઉભો રહેતો નથી, ત્યાં સુધી તેઓ નિશ્ચિન્તપણે જ બેસી રહે છે!

આ ' મોકો ' મળવાની સંભાવનાને દૂર કરવા માટે ગુરુકુલના નિયમો પ્રમાણે છોકરાઓને છોકરીઓના ગુરુકુલમાં, તેમજ છોકરીઓને છોકરાઓના ગુરુકુલમાં જવા–આવવાનો નિષેધ કરવામાં આવેલો હતો. ' મોકો ' મળવા ન પામે એ વિચારને સામે રાખીને પ્રાચીન કાળમાં ગુરુકુલોની સ્થાપના જંગલોમાં કરવામાં આવતી હતી. ' મોકો ' મળી

'મોકો' ન મળે એટલા માટે પ્રાચીન કાળમાં ગુરુકુલો વસ્તીથી દૂર રાખવામાં આવતાં.

જવાથી રૂપ, રસ, શબ્દ, ગંધ, સ્પર્શ એ બધાની મારફતે માણસનું પતન થઈ જતાં વાર લાગતી નથી. એટલા માટે બ્રહ્મચર્ય-રક્ષાનું સૌથી મુખ્ય સાધન એવો 'મોકો' મળવાનો પ્રસંગ જ ન આવવા દેવો એ છે. એ જ કારણથી પ્રાચીન શિક્ષણ-પ્રણાલીમાં બ્રહ્મચારીઓ અને આચાર્ય દિનરાત-ચોવીસે કલાક-સાથે જીવન વ્યતીત કરતા હતા, અધઃપતન થવાનો 'મોકો' જ ન મળે એવો યત્ન કરવામાં આવતો હતો.

૨. શબ્દ-ઇન્દ્રિય.

ગાવું-બજાવવું, અને માનસિક વિકારોની ઉત્પત્તિ, એને માટે હેવલોક એલિસ શું કહે છે?

મનુષ્યના હલકા માનસિક આવેગોને રોકવા માટે આર્ય-શાસ્ત્રોમાં નૃત્યનો નિષેધ કરવામાં આવેલો છે. નૃત્યની સાથે સાથે કાનની ટેવો—સંગીત વગેરેમાં—મસ્ત રહેવાની પણ બ્રહ્મચર્યના નિયમોમાં મનાઈ કરવામાં આવેલી છે. ગાવા-બજાવવાનો અધિકાર બ્રહ્મચારીને આપવામાં આવેલો નથી; અને તે એટલા જ કારણથી કે ગાવું-બજાવવું એ બ્રહ્મચર્યમાં હાનિકારક છે. એનાથી મનોવિકાર ઉત્પન્ન થવા સ્વાભાવિક છે. ગાવું-બજાવવું અને માનસિક વિકારોની ઉત્પત્તિ એનો સંબંધ હેવલોક એલિસે ઘણી સરસ રીતે પોતાના પુસ્તક 'સેક્ષુઅલ સિલેક્શન ઇન મેન' માં બતાવેલો છે. તે લખે છે કે:—

"એમાં કશો સંદેહ નથી કે ભિન્ન ભિન્ન પ્રાણીઓમાં, ખાસ કરીને જન્તુ-વર્ગમાં-પતંગીઆઓમાં, અને પક્ષીઓમાં સંગીતનો ઉદ્દેશ નર તરફ માદાને લોભાવવાનો જ હોય છે. ડાર્વિને આ વિષયમાં ઘણું અવલોકન કર્યું છે, અને તે આ

સિદ્ધાન્તને સ્વીકારે છે. આ બાબતમાં હર્બર્ટ સ્પેન્સર અને તેના અનુયાયીઓએ શંકા ઉઠાવેલી છે, પરન્તુ આજના અનેક અવલોકનોને પરિણામે એ સાબીત થઇ ચૂકેલું છે, કે મધુર શબ્દો અને સંગીતનું પરિણામ પક્ષીઓમાં નર–માદાનું અરસ્પરસ મળવું–મિલન થવું–એ જ હોય છે. ગીત અને પ્રેમના સંબંધને સાબીત કરવા માટે એટલું જ માત્ર પૂરતું છે, કે પ્રાણિ–જગત્‌માં નર અને માદામાંથી ફક્ત એકને જ મધુર સ્વર કુદરતે આપેલો છે, બંનેને નહિ. એનો ઉદ્દેશ માનસિક ભાવોને જાગ્રત્ કરવાનો નહિ તો બીજો કયો હોઈ શકે ?"

જે પ્રકારે પશુ–પક્ષીઓમાં ગાન અને પ્રેમનો ભાવ પ્રકટ કરવામાં ભારે સંબંધ જોવામાં આવે છે, એ જ પ્રમાણે માણસોમાં પણ એ નિયમ દૃષ્ટિગોચર થાય છે. એલિસ પશુ–પક્ષીઓમાં એ નિયમ બતાવીને માણસના વિષયમાં લખે છે કેઃ—

હેવલોક એલિસ કહે છે, કે ગાવાનો અને યૌવનના માનસિક ભાવોનો પરસ્પર સંબંધ છે.

"એકલા પશુ–પક્ષીઓમાં જ નહિ, પરન્તુ માણસોમાં પણ યૌવન–અવસ્થામાં કંઠનો એ ભાગ કે જેનો ગાવામાં અધિક ઉપયોગ થાય છે, તેની રચનામાં ભારે ફેરફાર થતો જોવામાં આવે છે. આ પરથી ગાવાનો અને યૌવનના માનસિક ભાવોનો પરસ્પર ઘણો સંબંધ છે એમ સમજવામાં જરા પણ સંદેહ રહેતો નથી."

એ સંબંધને લક્ષમાં રાખીને પ્લેટોએ પોતાના કાલ્પનિક રાજ્યમાં કઇ જાતની સંગીત–વિદ્યાની આજ્ઞા આપવી જોઇએ એ પ્રશ્ન પર વિચાર કરેલો છે. જો કે પ્લેટો એમ નથી

કહેતો, કે કોઇ પણ સંગીતનો હમેશાં જ માણસ પર ઉત્તેજક પ્રભાવ પડે છે, પરન્તુ તે એમ કહે છે, કે કોઈ વિશેષ પ્રકારના સંગીતનો માનસિક વિકારો ઉત્પન્ન કરવાની સાથે જરૂર સંબંધ છે. એવા સંગીતથી શરાબી, વિષયભાવ, અને પ્રમાદીપણું વધવા પામે છે. પ્લેટો તો એટલે સુધી કહે છે, કે પુરુષો તો શું પરન્તુ સ્ત્રીઓએ પણ સંગીત શીખવાથી દૂર રહેવું જોઇએ. પ્લેટો ફક્ત બે જ પ્રકારના સંગીત શીખવાનું સ્વીકારે છે, એક યુદ્ધનું, અને બીજું પ્રાર્થનાનું.

ઋષિઓએ બ્રહ્મચારીઓને ગાવા-બજાવવાનો કરેલો નિષેધ.

જો આપણે પશુ, પક્ષી, અને માણુસો એ સર્વમાં સંગીતને કામ-વિકાર પેદા કરવાનું એક સાધન જોઇ શકીએ છીએ, તો પ્રાચીન ઋષિઓએ બ્રહ્મચારીઓને ગાવા-બજાવવાનો કરેલો નિષેધ આપણને યોગ્ય લાગે છે. આ સ્થળે એમ કહેવું પડશે, કે કાંઇ બધાં ગાન-તાન સરખાં નથી હોતાં, દરેક ગાયન કાંઈ વિષયવિકાર ઉત્પન્ન નથી કરતું, અને એટલા માટે કોઈ પણ પ્રકારનાં ગાયનનો નિષેધ બ્રહ્મચારીઓને માટે હોઇ શકતો નથી. પરન્તુ મોટે ભાગે ગાન-તાનનો સંબંધ કામ-વિકાર સાથે હોવાથી બ્રહ્મચારીઓને ગાવા-બજાવવાનો નિષેધ કરેલો છે; અને તે જરૂર બુદ્ધિયુક્ત છે.

૩. ગન્ધ-ઇન્દ્રિય.

ગન્ધ અને જનન-શક્તિ વચ્ચે વધારે સંબંધ છે. પ્રાચીન રોમન લોકોને એ સંબંધીનું જ્ઞાન સારી રીતે હતું.

ખાસ કરીને યૌવન સમયમાં છોકરા-છોકરીઓની નસકોરી વધારે ફૂટે છે તેનું કારણ શું?

યૌવન સમયમાં છોકરા-છોકરીઓને નસકોરી વધારે ફૂટે છે, તેનું કારણ નાક અને જનન-અવયવોની વચ્ચેનો સંબંધ છે. એ સમયે નાકને લગતાં બીજાં દર્દો પણ ઉત્પન્ન થાય છે. અનેક વખત જનન-ઇન્દ્રિય તરફ બરફ મૂકીને અંદરના જનન-અવયવોને ઠંડક પહોંચાડવાથી ફૂટેલી નસકોરી બંધ પડી જાય છે. એ જ પ્રમાણે શક્તિ વગરના પુરુષો અને સ્ત્રીઓમાં હસ્તમૈથુન અથવા સંભોગની પછી નસકોરી ફૂટતી કેટલીક વાર જોવામાં આવે છે. કેટલીક વખત વીર્ય-નાશની પછી નાક બંધાઇ જાય છે, અથવા છીંકો આવવા લાગે છે. આ સંબંધમાં અનેક લેખકોએ પ્રકાશ પાડેલો છે. એલિસ એક સ્ત્રીના સંબંધમાં ઉલ્લેખ કરે છે, કે જેમાં ઉપરનું કથન યથાર્થ રીતે ઘટી શકે છે. ફીરી એક સ્ત્રીનું ઉદાહરણ આપે છે, કે જે સ્ત્રીને લગ્ન પછી હંમેશાં નાકનો વ્યાધિ ચાલુ રહ્યો હતો. જે. એન. મેકેન્ઝી આ વિષયના અનેક દષ્ટાંત આપીને એમ કહે છે, કે કેટલીક વખત નવ-વિવાહિત પતિપત્નીઓમાં સળેખમ જોવામાં આવે છે તેનું કારણ પણ આ જ હોય છે.

ગંધને માટે હેવલોક એલિસ શું કહે છે?

આજના આપણા આ અધઃપતનના યુગમાં પરમેશ્વરે આપેલી દરેક વસ્તુનો દુરુપયોગ થઇ રહ્યો છે. દુનિઆ-બજાર જાત જાતની ગંધથી ભરેલું છે. કસ્તુરીનો ઉપયોગ વધારે પડતો જોવામાં આવે છે. પશુના શરીરમાંથી બનેલી વસ્તુની ગંધ ઉત્તેજક હોય છે, અને તેથી જંગલી લોકોમાં એનો પ્રચાર વધારે હતો, પરન્તુ જેમ

જેમ માણસ સભ્યતામાં આગળ વધતો જાય છે, તેમ તેમ પશુના શરીરમાંથી ઉત્પન્ન થતી વસ્તુની ગંધને બદલે પુષ્પોની ગંધનો ઉપયોગ વધારે થતો જાય છે. પરન્તુ પુષ્પોની ગન્ધ પણ માણસની કુ-વાસનાઓને જગાડવામાં ઓછો ભાગ ભજવતી નથી. પુષ્પોની ગન્ધ કે પશુના શરીરમાંથી બનતી વસ્તુની ગંધ, એ બન્ને બ્રહ્મચર્યને માટે હાનિકારક છે.

એલિસે 'જરનલ ઓફ સાયકોલોજીકલ મેડિસીન'માંથી ગંધને લગતા કેટલાક વિચારનું અવતરણ પોતાના પુસ્તકમાં કરેલું છે. એમાં એનો કહેવાનો હેતુ એ છે, કે પુષ્પોની ગંધનો ઉપયોગ સદાચારને માટે ઘણો હાનિકારક છે, અને તેથી સદાચારનું જીવન ગુજારવાને માટે પુષ્પોથી દૂર રહેવું એ જ ઉત્તમ છે. આ જ કારણથી પ્રાચીનકાળમાં બ્રહ્મચર્યના નિયમોનો ઉપદેશ આપતી વખતે આચાર્ય તરફથી શિષ્યોને કહેવામાં આવતું, કે પુષ્પ-ગન્ધ, ફૂલમાળા વગેરે ઉત્તેજક વસ્તુથી તમે દૂર રહો, આજ-કાલ સ્કૂલો, કૉલેજોમાં ભણતા વિદ્યાર્થીઓ ગન્ધનો ઉપયોગ મોટા પ્રમાણમાં કરે છે. તેમણે સમજવું જોઇએ, કે પુષ્પ-ગન્ધ એ બ્રહ્મચર્યની સાધક નથી પરન્તુ બાધક છે. સાદું જીવન અને પવિત્ર જીવન એ જ આદર્શ જીવન છે.

૪. સ્પર્શ-ઇન્દ્રિય.

મી. એન પોતાના પુસ્તક 'ઇમોશન્સ એન્ડ વીલ'માં લખે છે, કે "સ્પર્શ એ પ્રેમનો આદિ અને સ્પર્શ એ મનોભાવોનો અન્ત છે." સ્પર્શ મનોભાવોને જાગૃત કરવાનું સૌથી પ્રબળ સાધન છે. આ વિચારને હિંદના પ્રાચીન ઋષિઓએ, તેમ જ યુરોપના ફીરી, મેન્ટેગેઝા,

જગાડવાનું સૌથી પ્રબળ સાધન છે.

પેન્ટા, અને એલિસ વગેરે વિદ્વાનોએ એક અવાજે સ્વીકારેલો છે. સ્પર્શ માણસના મનોવિકારને જાગ્રત્ કરવામાં ઘણો મોટો ભાગ ભજવે છે. ખરેખર, આજના આગળ વધતા યુગમાં—ઉન્નતિ પામતા યુગમાં—ઉન્નતિને બદલે અવનતિજ થતી જાય છે.

ડૉ. બ્લોચ પોતાના પુસ્તક 'ધી સેક્ષુઅલ લાઈફ ઑફ અવર ટાઇમ'માં લખે છે કેઃ—"સ્પર્શથી માનસિક વિકાર ઉત્પન્ન થવાનું મુખ્ય કારણ એ છે, કે ચામડીના લાગણી–તન્તુઓની રચના, અને જનન અવયવના તન્તુઓની રચના એક જ જાતના પદાર્થથી થએલી છે, અને તેથી બીજા કોઇ પણ અવયવ કરતાં ચામડી મારફતે માનસિક વિકારો પર ઘણી ઝડપથી અસર થવા પામે છે. જે વ્યક્તિ સ્પર્શના તોફાનથી દૂર રહે છે, તે જ તેના ખરાબ પરિણામથી બચી શકે છે."

સ્પર્શના પરિણામ માટે ડૉ. બ્લોચ શું કહે છે?

બાલક–બાલિકાઓમાં પરસ્પર ગલી–ગલી કરવાની ટેવ આપણે જોઇએ છીએ. એમ કરવાથી ચામડીમાં ઉત્તેજના પેદા થઇ મનોવિકાર જાગ્રત્ થવાની સંભાવના રહે છે. છોકરાઓને એમ કરતાં અટકાવવા જોઇએ. જરૂર વિના સ્પર્શ કોઇ પણ વખત થવા ન દેવો એ બ્રહ્મચર્યનો ખાસ નિયમ છે.

કોમળ–સુંવાળી–પોચી પથારી પણ બ્રહ્મચર્ય માટે હાનિકારક છે. છોકરાંઓનાં જીવન વિષે ડૉ. બ્લોચે ઘણું નિરીક્ષણ કરેલું છે. તે કહે છે, કે "છોકરાઓને સુંવાળી–પોચી પથારીઓમાં સુવાડવાથી તેમનામાં હસ્તમૈથુન વગેરે કેટલી ભયંકર ટેવો

સુંવાળી પથારી બ્રહ્મચર્ય માટે હાનિકારક છે.

જન્મ પામવાની સંભાવના રહે છે." આ જ કારણથી પ્રાચીન ઋષિઓએ બ્રહ્મચર્યના નિયમોમાં "**उपरि शय्यां वर्जय**" કોમળ પથારી છોડી દો, એવી આજ્ઞા કરેલી છે.

ઘોડા વગેરેની સવારી માટે હેવલોક એલિસ શું કહે છે?

એલિસ પોતાના 'મોડેસ્ટી સેક્ષુઅલ પ્રિકોસિટી, ઓટો ઈરોટિઝમ,' નામક પુસ્તકમાં લખે છે કેઃ–"ઘોડાની સવારી બ્રહ્મચર્ય માટે ખરાબ છે. ઘોડાની સવારી બ્રહ્મચર્ય માટે ખરાબ છે. ઘોડાની સવારીથી વીર્ય સ્ખલિત થઇ જવાનું જ્ઞાન કેથોલિક પાદરીઓને પણ હતું. પુરુષો અને સ્ત્રીઓમાં ટ્રેઇનની ગતિથી પણ કોઈ કોઇ વાર ખરાબ ક્રિયા કરવાની ઇચ્છા ઉદ્દભવે છે, એ ઘણાના અનુભવની વાત છે."

ઘોડા વગેરેની સવારી માટે આર્યશાસ્ત્રો શું કહે છે?

આર્ય શાસ્ત્રોમાં બ્રહ્મચારીને ઉપદેશ આપતી વખતે આચાર્ય કહે છે, કે "**गवाश्व हस्त्युष्ट्रादि यानं वर्जय**"–બળદ, ઘોડા, હાથી, ઊંટ આદિની સવારી કરો મા. કેટલેક ઠેકાણે તો સવારી માત્રનો નિષેધ કરેલો છે. બ્રહ્મચારીને બ્રહ્મચર્ય–ખંડિત થવામાંથી બની શકે તેટલો કેવી રીતે બચાવી લેવો એ જ મનોભાવના પ્રાચીન ગુરુઓના મસ્તિષ્કમાં કામ કરતી હતી. સ્પર્શના વિષયમાં લખવામાં આવેલું છે, કેઃ—

"**अकामतः स्वयमिन्द्रियस्पर्शेन वीर्यस्खलनं विहाय वीर्यं शरीरे संरक्ष्योर्ध्वरेताः सततं भव**"— ભાવાર્થ એ છે, કે કદી પણ ઇન્દ્રિય–સ્પર્શ ન કરીને તમે વીર્ય–રક્ષા કરો.

આવી જાતના પ્રાચીન ઉપદેશો વાંચીને તે વખતના ગુરુઓ

અને આજના ગુરુઓમાં કેટલો તફાવત છે, એ સ્પષ્ટ રીતે જોઇ શકાય છે. આજ ગુરુકુલના આચાર્યોને બાદ કરતાં કોઇ પણ સ્કૂલ કે કૉલેજનો પ્રિન્સિપલ જનતાની સામે ઉભો થઇને પોતાના વિદ્યાર્થીઓને એવો ઉપદેશ આપવાનું સાહસ શું કરી શકે છે, કે 'એ બાલક! યાદ રાખજે, કે આ સ્કૂલ–કૉલેજમાં વીર્ય–રક્ષા કરવી એ તારા જીવનનું લક્ષ્ય રહેશે'? નહિ. આજની સ્કૂલ–કૉલેજોમાં શિક્ષણનો એ ઉદ્દેશ રાખવામાં આવ્યો નથી. બાલકને ભણાવી–ગણાવી રોટી કમાવા લાયક બનાવી દેવો એમાં સ્કૂલનું કામ ખતમ થાય છે. પ્રાચીન ગુરુકુલોનો ઉદ્દેશ જુદો જ હતો. બાલકોને સદાચારી–સંયમી–બનાવવા આ એમનું ધ્યેય હતું. પુસ્તકો ભણાવવામાં આવતા હતા, પરન્તુ તેની સાથે આત્મિક ઉન્નતિને સઘળા શિક્ષણનું લક્ષ્ય ગણવામાં આવતું હતું. પ્રાચીન અને અર્વાચીન શિક્ષણ–સંસ્થાઓ વચ્ચેનો આ તફાવત પ્રાચીન અને આજના શિક્ષકોના નામમાં પણ જોવામાં આવે છે. આજ શિક્ષકનું નામ 'હેડમાસ્તર' અથવા 'પ્રિન્સિપલ' છે. 'હેડમાસ્તર' શબ્દનો અર્થ થાય છે 'માલીક,' અને 'પ્રિન્સિપલ' શબ્દનો અર્થ થાય છે 'મુખ્ય પુરુષ.' જેઓને છોકરાઓમાં પોતાની છાપ પાડવામાંથી ફુરસદ મળતી નથી, જેઓ 'માલીકપણાની' અને 'મુખ્યપણાની' ભાવનાની નીચે દબાએલા છે, તેઓ સદાચાર–સંયમની દેખરેખ ક્યાંથી રાખી શકે? જો કે સ્કૂલ–કૉલેજોમાં સર્વ શિક્ષકો કાંઇ સરખા હોતા નથી, કોઇ સદાચાર–સંયમ–તરફ વધારે પડતી કાળજી રાખતા પણ હશે, પરન્તુ એ અપવાદ. પ્રાચીન કાળમાં શિક્ષકને માટે 'આચાર્ય' શબ્દ વપરાતો હતો. શિક્ષક તે વખતે વિદ્યાર્થી-

આજની સ્કૂલો-કૉલેજોનું ધ્યેય, અને પ્રાચીન ગુરુકુલોનું ધ્યેય.

એનો મુખ્ય પુરુષ (પ્રિન્સિપલ) જરૂર હતો એમાં શંકા નથી, પરન્તુ તે સાથે તે ' આચાર્ય ' પણ હતો. આચાર-સદાચારનું શિક્ષણ આપવું એ એનું મુખ્ય કર્તવ્ય હતું.

૫. રસ-ઈન્દ્રિય.

રસમાં અનેક વિષય મળેલા છે. ગંધ, સ્પર્શ, અને રૂપ વગેરેનો એમાં સમાવેશ થાય છે. જગત્ જેમ જેમ આગળ વધતું જાય છે, તેમ તેમ તેની સાથે શરાબ, ચા, કૉફી, તંબાકુ, મિઠાઇ વગેરેનું વ્યસન પણ આગળ વધતું જાય છે. લોકો ખાવા તરફ ઢળતા જ જાય છે. આ બધાની બ્રહ્મચર્ય પર ઘણી ખરાબ અસર થાય છે.

ચા-કૉફી માટે ડૉ. બ્લૉચ શું કહે છે?

જીવનના તત્ત્વ પદાર્થોને નષ્ટ કરવામાં દારૂ જે ભાગ ભજવે છે તે બતાવવાને તે કોઇ ડૉકટરનાં પ્રમાણ આપવાની અત્રે જરૂર નથી. શરાબીના નીશામાં પોતાની જાતને ભૂલી જઇ સદાચારના ક્ષેત્રથી કંઈ દૂર દૂર ચાલ્યા જવું, એ આજ હંમેશ બનતી ઘટના છે. એ વિષયમાં કંઇ પણ ન લખવું, એને જ અમે ઘણું લખવા બરાબર સમજીએ છીએ.

ચા-કૉફી એ આજની સર્વસાધારણની માનનીય વસ્તુ થઇ પડી છે. પરન્તુ એ માનનીય વસ્તુ જીવનનું કેટલું નખ્ખોદ વાળી નાખે છે, એની ઘણા થોડાને જ ખબર હોય છે. અમને વિશ્વાસ છે, કે અનેક વ્યક્તિઓ તો એવી છે, કે જેઓ ચા-કૉફીનાં ખરાબ પરિણામો ન જાણવાથી જ તેનું સેવન કરે છે. અમને ખાત્રી છે, કે તેનાં ખરાબ પરિણામ જાણ્યા પછી તેઓ બેને જરૂર છોડી દેશે. ડૉ. બ્લૉચ આ ચા-કૉફીને માટે લખે છે કેઃ—

" ચા-કૉફી અને મોરફીન (અફીણનું સત્ત્વ) વધારે પ્રમાણમાં લેવાથી માણસ નપુંસક (નામર્દ) બની જાય છે. ડયૂપ્રીએ અનેક પ્રયોગો કરીને ખાત્રી કરી છે, કે જે લોકો દિવસમાં પાંચ-છ વખત કૉફી પીતા હતા, તેઓ નપુંસક થઇ ગયા હતા. કૉફી છોડી દીધા પછી પાછા તેઓ સારા થઈ ગયા, પરન્તુ તેને શરૂ કરવાથી પાછા નપુંસક બની ગયા હતા. "

તમાકુના વિષયમાં ડૉ. કેલોગ પોતાના 'પ્લેઇન ફેક્ટસ' નામક પુસ્તકમાં લખે છે કે:—

તમાકુ વિષે ડૉ. કેલોગ શું કહે છે?

" માણસના આચાર-વિચાર પર તમાકુની કેવી અસર થાય છે, એ ઘણા થોડા જ લોકો જાણે છે. નાનપણમાં ખરાબ વ્યસન લાગુ પડી જવાથી ઝપાટાબંધ કુ-વાસનાઓ જાગૃત થવા માંડે છે, અને થોડાં વર્ષોની અંદર એક સદાચારી તથા પવિત્ર યુવકને કામ-વાસનાઓનો જ્વાલામુખી બનાવી દે છે. તેના અંતઃ-કરણમાં સળગતી કુ-વાસનાઓની જ્વાળાથી અપવિત્રતા અને દુરાચારનો કાળો ધુમાડો નીકળવા માંડે છે. લાંબા વખત સુધી તમાકુનો વધારે પ્રમાણમાં સતત ઉપયોગ કરતા રહેવાથી પરિણામે નપુંસકતા આવી પહોંચે છે. "

મિઠાઇઓનો શોખ એ ગંદી પ્રવૃત્તિઓનું કારણ અને પરિણામ બંને છે. ડૉ. બ્લૉચ 'સેક્ષુઅલ લાઇફ ઑફ અવર ટાઇમ' નામક પોતાના પુસ્તકમાં લખે છે

મિઠાઇઓ માટે ડૉ. બ્લૉચ શું કહે છે?

કે:—" મિઠાઇઓનો શોખ ગંદી પ્રવૃત્તિ-ઓની સાથે સંબંધ ધરાવે છે. જે છોકરાઓ મિઠાઇઓના ઘણા જ શોખીન હોય છે, તેમનું પતન થવાની ઘણી સંભાવના રહે છે.

તેઓ બીજા છોકરાઓ કરતાં હસ્તમૈથુન વગેરે કુકર્મો તરફ સહેલાઈથી ઝુકી જાય છે."

ખાવું-ખાવું-ને ખાવું, એ આજકાલની એક નવી બિમારી છે. એમાં જરા પણ અતિશયોક્તિ નથી, કે આજકાલ જેટલા માણસો ખાવાની બિમારીથી-મોઢું ચલાવ્યા રાખવાની બિમારીથી-મરે છે તેટલા ભૂખથી નથી મરતા. જિવ્હાના સ્વાદથી વારે વારે કંઇ નહિ ને કંઇ મોંમાં મૂકવાની ઇચ્છા થાય, એ વીર્ય-રક્ષા ન કરવાનું એક પરિણામ છે.

ડૉ. કેલોગ કહે છે, કે જિવ્હા-ઇન્દ્રિયનો ભડભડાટ એ સદાચારનો દુશ્મન છે.

દુરાચારી માણસોનો જિવ્હા પર કાબુ રહેતો નથી. પેટ ભરેલું હોય છતાં પણ તેમની ભૂખ મટતી નથી. તેઓ આવશ્યકતા કરતાં હમેશ વધારે ખાધા કરે છે. ઉપવાસ તેમને માટે અસંભવ જેવો થઇ પડે છે. ડૉ. કેલોગ લખે છે, કે મોઢાનો ભડભડાટ-જીવ્હા-ઇન્દ્રિયનું બેલગામપણું-એ સદાચારના દુશ્મન છે. વધારે ખાધા કરવાનું પરિણામ વીર્યનાશ છે; અને એટલા માટે જેટલી ભૂખ હોય તેથી કંઇક ઓછું જ ખાવું એ હિતકર છે.

આપણું મન-આપણા વિચાર-ખોરાકથી બને છે, એ સિદ્ધાન્તને બ્રહ્મચર્યના પ્રાચીન નિયમોમાં ઘણું મહત્ત્વ આપવામાં આવેલું હતું. ઉપનિષદ્‌માં લખે છે કે '**अन्नमयं हि सौम्यमनः**' -મન એ અન્નમય છે. સાત્વિક આહારની પ્રેરણા સ્થળે સ્થળે કરવામાં આવેલી છે. બ્રહ્મચારીને ગુરુકુલમાં પ્રવિષ્ટ કરતી વખતે આચાર્ય કહે છે:-"**तैलाभ्यंगविमर्दनात्यम्लाति तिक्तकषाय क्षाररेचनद्रव्याणि मा सेवस्व**"-ઘણા

આપણું મન ખોરાકથી બને છે, એ સિદ્ધાન્તનું બ્રહ્મચર્યના પ્રાચીન નિયમોમાં મહત્ત્વ.

ખાટા, તીખા, ક્ષારયુક્ત પદાર્થનું સેવન કરો મા. રાજસિક ભોજનથી કુ-સંસ્કાર જાગી ઉઠે છે. વારે વારે ખાવાનો નિષેધ કરીને બ્રહ્મચારીને સવાર-સાંજ બે જ વખત ભોજનની આજ્ઞા આપેલી છે.

આજના યુરોપ—અમેરિકાના આ વિષયના સમર્થ વિચારકોના જે જે વિચાર આ પ્રકરણમાં મૂકવામાં આવ્યા છે, તે પરથી પ્રાચીન ઋષિમુનિઓના બ્રહ્મચર્ય માટેના નિયમો-સિદ્ધાન્તો-કેટલા બધા મનોવિજ્ઞાન (મેન્ટલ સાયન્સ) ના આધાર પર રચાયા હતા તે સ્પષ્ટ રીતે જોઇ શકાય છે.

પ્રકરણ ૧૯ મું.

ઉપસંહાર.

વાંચનાર ! આ પુસ્તકમાં જે ગુપ્ત સંદેશ છે તે ગુપ્ત છે-છાનો છે-એમાં ના નથી, કારણ કે એ યુવાનોના વિનાશકારી છુપાં કૃત્યોનો સંદેશ છે. એ સંદેશ છુપો છે, પરન્તુ તેમાં યુવાનો માટે ચેતવણીનો ઘંટનાદ ગાજી રહ્યો છે, છુપાં કૃત્યોની પાછળ દોડી આવતો વિનાશ તેમાં બતાવવામાં આવેલો છે, અને અફસોસનાં આંસુ પાડનારાઓને મુક્તિનો માર્ગ દર્શાવવામાં આવેલો છે.

પરન્તુ એ ગુપ્ત સંદેશની પાછળ એક મહાન્ સંદેશ ઉભો છે. એ સંદેશ તે બ્રહ્મચર્યનો સંદેશ છે-જીવનનો સંદેશ છે-અમરપણાનો સંદેશ છે-પ્રાચીનભારતનો સંદેશ છે.

ઋષિઓનો મહાન્ સંદેશ કયો છે ? હિમાલયના ગગનભેદી શિખર પરથી, ગંગા અને યમુનાની અવિરત ઉઠતી ધ્વનિમાંથી, સમુદ્રની ગંભીર નિઃશબ્દતામાંથી, વન-જંગલોની દુર્ભેદ્ય નિર્જનતામાંથી, તપોમય જીવન

વ્યતીત કરનાર પ્રાચીન ઋષિઓનો એ દિવ્ય સંદેશ મને સંભળાઇ રહ્યો છે. આજ એ સંદેશને ઝીલનાર આત્માઓની અતીત કાલથી અમરતાનો ઉપદેશ આપતી માતૃભૂતિ ભારતને આવશ્યકતા છે.

'બ્રહ્મચર્ય' એક ચાર અક્ષરનો નાનોશો શબ્દ છે. પરન્તુ તેમાં જે ભાવ ભરેલો છે તેનો એક સોમો ભાગ પણ આ પુસ્તકમાં આલેખી શકાયો નથી. વીર્ય-રક્ષા એ બ્રહ્મચર્યનું એક સ્થૂલરૂપ માત્ર છે. બ્રહ્મચર્યનું સ્વરૂપ વીર્ય-રક્ષા કરતાં મોટું છે. ઘણું મોટું છે. 'બ્રહ્મચર્ય' એક વ્યાપક શબ્દ છે. 'બ્રહ્મચર્ય'નો અર્થ છે શક્તિઓનો સંગ્રહ કરવો તે, તેને વિખરવા ન દેવી તે, તેને પોતાની ઉન્નતિમાં કામે લગાડવી તે. વ્યક્તિને જ નહિ, પરન્તુ સમાજને પણ બ્રહ્મચર્યની જરૂર છે. આપણો સમાજ છિન્નભિન્ન થઇ ચૂકેલો છે—શક્તિહીન થઇ ચૂકેલો છે. એનો અર્થ એટલો જ, કે સમાજમાં બ્રહ્મચર્યની શક્તિ નથી રહી. વ્યક્તિને—સમાજને—દેશને બ્રહ્મચર્યની જરૂર છે, ઘણી ભારે જરૂર છે; કારણ કે બ્રહ્મચર્યથી જ શક્તિનો સંચય થઈ શકે છે.

વીર્ય-રક્ષાથી બ્રહ્મચર્યનો અર્થ ઘણો વિશાળ છે.

આજ જ્યાં ચારે તરફ અસમર્થતા, શક્તિહીનતા, અને હ્રાસનાં લક્ષણ દૃષ્ટિએ દેખાય છે, જ્યાં જીવનનો દીપક જલદીથી બળવા માંડે છે—ઝટ બુઝાઇ જાય છે, ત્યાં એ ઉત્સાહહીન, જીવનહીન, અને નિરાશ સમાજને માટે એક જ સંદેશ છે—'બ્રહ્મચર્ય'—'બ્રહ્મચર્ય'—'બ્રહ્મચર્ય'! 'ચોમુખી બ્રહ્મચર્ય'—ફક્ત શરીરનું જ નહિ, મનનું, આત્માનું, સમાજનું, દેશનું—એ બધાનું બ્રહ્મચર્ય.

આજના જીવનહીન સમાજને માટે એક જ સંદેશ છે'બ્રહ્મચર્ય.'

નવયુવાનો! આ સંદેશ કાન ખોલીને સાંભળો. એમાં તમે પાગલ જેવા બની જાઓ. તમારું એ પાગલપણું બીજા બુદ્ધિમાનો કરતાં ક્યાંય ચઢીઆતું હશે. શક્તિને ખોઇ ન નાખો, નહિ તો પછી પસ્તાવું પડશે. આ પુસ્તકનાં પૃષ્ઠોમાં બ્રહ્મચર્યના ફક્ત એક જ સ્વરૂપ વિષે વર્ણન કરવામાં આવેલું છે. કારણ કે આજ ખાસ કરીને એની સૌથી વધારે જરૂર છે. વીર્ય–રક્ષા કરવી એ બ્રહ્મચર્ય–જીવનને માટે પહેલું કદમ છે. તમે પોતે પડશો નહિ, અને દૃઢ સંકલ્પ કરો, કે તમારી આસપાસના કોઇ પણ નવયુવકને પડવા દેશો નહિ. નવયુવકો એ દેશની સંપત્તિ છે, એને લૂંટાવા ન દેશો.

આજના નવયુવાનો આ સંદેશને માટે શું નથી તલસી રહ્યા?

આ લખનાર માને છે, કે નવયુવાનો આ સંદેશને માટે તલસી રહ્યા છે. આ લખનારની પાસે નવયુવાનોના જે પત્રો આવેલા છે, તે પરથી સાફ સાફ સમજી શકાય છે, કે યુવકો આ સંદેશને માટે તલસે છે. એક યુવક હજારીબાગથી લખે છે કે:–

"મેં આપનું બ્રહ્મચર્ય વિષયનું પુસ્તક વાંચ્યું–ફરી ફરીને વાંચ્યું. એ વાંચીને મારી આંખો ઉઘડી ગઇ! હું કેટલો અભાગી કે આજ સુધી મને કંઇ ખબર જ ન હતી! મેં આપનું આ પુસ્તક મારા ભાઇઓ, ભત્રીજા, અને ભાણેજને મંગાવીને આપ્યું છે. હું ઇચ્છું છું, કે આ પુસ્તક દરેક હાઇસ્કૂલમાં ફરજિઆત ચલાવવું જોઇએ."

બીજો એક યુવક અકોલાથી લખે છે, કે:–"બ્રહ્મચર્ય પર મેં આવું પુસ્તક હજી એક પણ જોયું નથી, હું એવા પુસ્તકની તપાસમાં જ હતો. આપનું પુસ્તક વાંચવાથી જોઇ શકાય છે,

કે આપનું દીલ નવયુવકો માટે કેટલું બધું લાગણીપૂર્ણ છે. હું એક વિષમ સમસ્યામાં ફસાએલો છું. આપ કૃપા કરી મને એમાંથી છોડાવો. મારા પિતા સારા ધનવાન્ છે. તેઓ મને પરાણે મિઠાઇઓ ખવડાવે છે, અને ચા પીવડાવે છે. હું ના પાડું છું તો તેઓ મને હસે છે. હું જાણું છું, કે એ વસ્તુઓ ખાવાથી મારા આરોગ્ય પર ખરાબ થાય છે, પરન્તુ તેઓ માનતા નથી. આપ કૃપા કરી તેમને આ બાબતમાં સમજાવવાનો શ્રમ ઉઠાવશો "?

આ સિવાય બીજો એક યુવક મુંબઇથી લખે છે કેઃ— "મારો એક મિત્ર ૫-૬ વર્ષથી બૂરી ટેવમાં ફસાએલો છે. અચાનક આપનું પુસ્તક તેના હાથમાં આવી ચઢયું. એ વાંચ્યા પછી એ પ્રતિજ્ઞા કરે છે, કે હવે પછી તે કદી પણ પોતાના આત્માનું અધઃપતન થવા દેશે નહિ. પહેલાં જે કંઇ થયું એ માટે હવે એ પશ્ચાત્તાપ કરે છે. આપ એને દિલાસો દેવાને નીચેને ઠેકાણે પત્ર લખવાની કૃપા ન કરો "?

આ જ પ્રમાણે વળી એક યુવક લાહોરથી લખે છે કેઃ— "મેં આપનું પુસ્તક વાંચ્યું. તેણે મારા જીવનમાં ક્રાન્તિ મચાવી દીધી છે, આશ્ચર્યજનક ફેરફાર કરી નાખ્યો છે. અહા! આ પુસ્તક જો થોડા વખત પહેલાં જ મને મળી શકયું હોત તો કેટલું બધું સારૂં થાત "?

આ અને આના જેવા બીજા અનેક પત્રો આ લખનાર પાસે આવીને પડયા છે. આવા પત્રો વાંચ્યા પછી યુવકો આ પ્રકારનો સંદેશ સાંભળવાને કેટલા બધા ઉત્સુક છે એ સમજી શકાય છે. ખરેખર જ, યુવકો હવે આવી જાતના જ્ઞાનને માટે તલસે છે. નવયુવકો! આ સંદેશને સાંભળો, આ સંદેશ મારો

નથી, ઋષિઓનો સંદેશ છે. આ સંદેશની ગુંજથી સારા સમાજને ગુંજાયમાન કરી દો. પ્રતિજ્ઞા કરો, કે સ્વયમ્ બ્રહ્મચારી રહીશું, અને જેના પણ સંસર્ગમાં આવીશું તેના કાનમાં બ્રહ્મચર્યનો મન્ત્ર ફૂંકીશું.

અર્ધદગ્ધોએ બ્રહ્મચર્યને બદનામ કરી મૂક્યું છે.

વાચકોની વિદાય લેતાં પહેલાં એક વાત લખી દેવી મને આવશ્યક લાગે છે. સામાન્ય રીતે લોકો એમ માને છે, કે બ્રહ્મચારી એ પહેલવાન જેવો હોવો જોઇએ. તેઓ એમ કહે છે, કે બ્રહ્મચર્ય બધા રોગનું એક મહાન્ ઔષધ છે; અને તેથી કોઇ બ્રહ્મચારીને એક સાધારણ સળેખમ જેવું થયું કે તરત એ બિચારાના આચરણ પર સંદેહ ઉઠાવવામાં આવે છે! બ્રહ્મચર્યનો ખરો અર્થ ન સમજનારા આવા લેભાગુઓને લીધે જ બ્રહ્મચર્ય બદનામ થયું છે ને થતું જાય છે. બ્રહ્મચર્યના મહાન્ વિષય પર બોલવાનો અધિકાર એવા લોકોને જ હોઈ શકે, કે જે લોકોએ એ વિષયનો બરાબર અભ્યાસ કર્યો છે. બ્રહ્મચર્યને નામે બોલવાનો અધિકાર લઇ બેઠેલા અર્ધદગ્ધોએ તો એ બ્રહ્મચર્યનો મહિમા વધારવાને બદલે ઉલટો ઘટાડ્યો છે. કોઇ કાર્યને જેટલું નુકસાન બીજી રીતે થતું નથી, એટલું નુકસાન એના સ્વરૂપને ન સમજી તેની સાથે આંધળો પ્રેમ રાખનારાઓથી થાય છે.

એમાં સંદેહ નથી, કે બ્રહ્મચર્યથી શારીરિક વિકાસ થાય છે. તેમ એમાં પણ સંદેહ નથી, કે બ્રહ્મચર્ય એ એક મહાન્ શક્તિ છે. પરન્તુ તેની સાથે એ ખ્યાલ બિલકુલ ભૂલભરેલો છે, કે બ્રહ્મચારી પાતળો ન હોઇ શકે, અને પહેલવાન

જેવો જ હોવો જોઇએ. હા, બ્રહ્મચર્ય અને દુર્બલતાનો સાથ ન હોઈ શકે, દુર્બલતાનો અર્થ જ કોઈ કોઇ વાર બ્રહ્મચર્યનો અભાવ થાય છે, પરન્તુ તેથી એમ માની લેવું, કે બ્રહ્મચારી પાતળો ન હોઇ શકે, એ તો સર્વથા ખોટો-ભ્રમમૂલક

શું બ્રહ્મચારી પહેલવાન જેવો જ હોવો જોઇએ?

વિચાર છે. બ્રહ્મચર્યનો અર્થ છે શક્તિ, ક્રિયાશીલતા, તત્પરતા, ઓજસ્વિતા, સહનશીલતા. એનો અર્થ કાંઇ વિપુલતા નથી, શરીરમાં માંસ અથવા વજન વધી જવું એ નથી. જે લોકો એક વ્યક્તિને કાર્યશીલ અથવા પૂર્ણ સ્વસ્થ જોવા છતાં પણ તેના પાતળાપણા માટે મનમાં જાતજાતની કલ્પનાઓ ઉઠાવે છે, એ લોકો ખરેખર મોટી ભૂલ કરે છે. તેઓ બ્રહ્મચર્યનું નામ લે છે, પરન્તુ તેના રહસ્યને સમજતા નથી.

જાડા માણસોની સંખ્યા દુનિઆમાં ઓછી નથી. બેસી રહેવાથી જાડાપણા સિવાય બીજું શું મળે એમ છે? પરન્તુ તેથી જાડા માણસોને-પહેલવાન જેવાને-બ્રહ્મચારી માની લેવા, અને શરીરે પાતળા દેખાતા આદમીને વ્યભિચારી સમજવા એ બ્રહ્મચર્યના અર્થને જરા

બ્રહ્મચર્યનું પરિણામ શું?

પણ ન સમજવા સમાન છે. અથર્વવેદના ૧૧ મા કાંડનું ૫ મું સૂક્ત એ 'બ્રહ્મચર્ય-સૂક્ત' છે. એમાં જ્યાં જ્યાં બ્રહ્મચર્યનું નામ આવેલું છે, ત્યાં ત્યાં 'તપ' શબ્દ પણ જોડે આવેલો છે.'**स आचार्यं तपसा पिपर्ति**' '**ब्रह्मचारी घर्मं वसानस्तपसोदतिष्ठत्,**' '**रक्षति तपसा ब्रह्मचारी-**' આ પ્રમાણે દરેક મન્ત્રમાં બ્રહ્મચારી શબ્દની સાથે 'તપ'

શબ્દ વારંવાર આવેલો છે. તપની સાથે જાડાપણાનો સંબંધ જ સંભવી શકતો નથી. આ કારણથી બ્રહ્મચર્યના જે લાભ થાય છે તેનો વિચાર કરતી વખતે મનમાં એ જ સમજવું જોઇએ, કે બ્રહ્મચર્ય શારીરિક આરોગ્ય આપે છે, સહનશક્તિ આપે છે, ઉત્સાહ અને સાહસ આપે છે; બ્રહ્મચર્યથી શક્તિઓનો વિકાસ થાય છે, આત્મા ઉન્નતિના માર્ગ પર ચાલવા લાગે છે; બસ આટલો જ બ્રહ્મચર્યનો અર્થ છે, એટલો જ એનો દાવો છે.

પરિણામ દેખીને તેના કારણ તરીકે ફક્ત બ્રહ્મચર્યને જ ન ગણી લેશો.

આ સિવાય બીજું એ પણ ન ભૂલવું જોઇએ, કે દુનિઆમાં કોઇ પણ બાબતનાં એક નહિ પણ અનેક કારણ હોઇ શકે છે. બ્રહ્મચર્ય એ આરોગ્યનું—સંજીવની શક્તિનો સંચાર કરવાનું—એક મોટું કારણ છે—કદાચ સૌથી મોટું, એમાં શંકા નથી; પરન્તુ તેથી એમ સમજવું કે એ જ એકલું કારણ છે, અને બીજું કોઇ કારણ છે જ નહિ, તો એ મોટી ભૂલ છે. દુનિઆમાં અનેક જાતના રોગ છે. સ્પર્શથી લાગુ પડી જતા રોગ પણ છે, અને બ્રહ્મચારી તેમ જ વ્યભિચારી ઉભયને એ સતાવે છે. કેટલાક રોગ એવા છે, કે જે માતાપિતા તરફથી વારસામાં મળે છે, અને તેને આજન્મ બ્રહ્મચારી પણ અટકાવી શકતો નથી. કેટલાક લોકો બધા નિયમોનું વિધિવત્ પાલન કરવા છતાં પણ દુબળા—પાતળા હોય છે, તેઓ અચાનક કોઇ સંપત્તિ મળી જવાથી એકદમ હૃષ્ટ—પુષ્ટ—તાજા બની જાય છે. કોઈ ઠેકાણે હવા ખરાબ, તો કોઇ ઠેકાણે પાણી ખરાબ, કોઇ ઠેકાણે ભોજન ખરાબ, તો

કોઈ ઠેકાણે નિર્ધનતા, આમ ભિન્ન ભિન્ન અનેક કારણો દુનિઆમાં કામ કરે છે, પરન્તુ પરિણામ બધાંનું લગભગ એક જ જોવામાં આવે છે. આ કારણથી બ્રહ્મચર્યનાં ગીત ગાનારા-ઓએ કોઇ પરિણામ જોઇને તેના કારણ તરીકે બ્રહ્મચર્યને જ માની લેવાની ભૂલ કરવી ન જોઇએ. હા, એટલું નિર્વિવાદ છે, નિ:સન્દેહ છે, કે જીવનના સંબંધમાં જે જે નિયમો કામ કરે છે, તેમાં સૌથી મહાન્ નિયમ બ્રહ્મચર્યનો છે; એ જ ભારતના પ્રાચીન તપસ્વીઓનો દાવો છે, અને એ જ આ યુગમાં નવજીવનનો સંચાર કરનાર આદિત્ય બ્રહ્મચારી ઋષિ દયાનન્દ-નો સંદેશ છે.

આ પુસ્તક સાદ્યંત અમદાવાદના આદિત્ય મુદ્રણાલયે છાપ્યું છે.